جینے کا یہی طریقہ ہے

فاخرہ پروین

جینے کا یہی طریقہ ہے　　　　فاخرہ پروین

عصرِ حاضر جہاں اپنی روز افزوں ترقی کے باعث ہر لمحہ انسان کو ورطہ حیرت میں مبتلا کر رہا ہے۔ وہیں اِس تیز رفتار زندگی نے نسلِ نو کو مایوس کر دیا ہے۔ آج کے نوجوان فکری اساس کے ساتھ ساتھ اپنی فطری دلیری اور شجاعت کو چھوڑ کر معاشی برائیوں کو صرف اِس لیے اپنا رہے ہیں کہ وہ نہ خود کو سمجھ پائے اور نہ ہی اِس زندگی کو۔ درحقیقت اُنہیں کسی نے جینا ہی نہیں سکھایا۔

اِس کتاب میں مصنفہ فاخرہ پروین نے محورِ ذات کو بڑی احتیاط سے محققانہ اسلوب اور بڑے نفیس انداز میں موضوعِ بحث بنایا ہے۔ ذاتی و معاشرتی زندگی جیسے انتہائی حساس موضوعات کا تجزیہ اور اِس کی شکست و ریخت کے حقیقی اسباب متعین کیے ہیں۔ جس میں زندگی کی حقیقتوں کو سمجھنے، اپنی ذات کی کھوج لگانے، مسائل کا حل تلاش کرنے، رشتوں کو سنبھالنے، تعلقات کے اصول طے کرنے، اپنے احساسات کو مینج کرنے اور خوش رہنے جیسے کئی موضوعات شامل ہیں۔ اِس میں پیش کی گئی عملی تجاویز اس کی ہر تحریر میں ایک سبق اور باقاعدہ عملی نصیحت کی صورت پڑھنے والوں کے لیے مشعل راہ ہیں۔ اِس کتاب کا ہر موضوع بہت دلچسپ، خوبصورت اور پختہ تحریر پر مشتمل ہے۔ اِس میں زندگی کی خوبصورتی کو حقیقی رنگ دینے کی کوشش موجود ہے جو مصنفہ فاخرہ پروین کے سنجیدہ نظریات کی عکاس بھی ہے۔

میں اِن کی محنت و جستجو کی قبولیت کے ساتھ مزید کامیابیوں، کامرانیوں اور خوشیوں کے لیے دعا گو ہوں۔ اللہ آپ کا حامی و ناصر ہو۔ آمین!

کتاب کا عنوان

جینے کا یہی طریقہ ہے

باب نمبر۱

باب نمبر۲

باب نمبر۳

باب نمبر۴

عجیب سی بے سکونی

آج معاشرے میں ہر دوسرا شخص ایک عجیب سی بے سکونی میں مبتلا ہے، جس سے چھٹکارہ حاصل کرنے کے لیے وہ عارضی طریقوں پر عمل کرتے ہوئے اسکو مزید بڑھا بیٹھتا ہے۔ آج کے انسان کے پاس ہر وہ سہولت، آسائش اور عمدہ طرز زندگی موجود ہے جو آج سے کچھ دہائیوں پہلے والے انسان کو میسر نہیں تھی۔ پھر کیوں ڈیپریشن کی امراض دن بدن بڑھتی نظر آ رہی ہے اور جس شخص کو دیکھو وہ شکائیتوں کی ایک بڑی سی گھٹڑی لیے گھوم رہا ہے، کبھی اسکو موجودہ حکومت سے، تعلیمی نظام سے، کاروباری لحاظ سے، گھریلو زندگی سے، ازدواجی زندگی سے اور کبھی پورے معاشرے بلکہ معاشرے کا ہر شخص اسکو اپنی کہانی کا villen لگتا ہے۔ آج قریبی سے قریبی رشتہ بھی مختلف قسم کی غلط فہمیوں کا شکار ہے والدین کو اولاد سے اور اولاد کو والدین سے بے شمار گلے شکوے ہیں، شادی شدہ جوڑا اپنے رشتے کو محبت کی بنیاد کم اور ضرورت اور سمجھوتے کی بنیاد زیادہ بتاتے ہوئے نظر آتے ہیں۔ طالب علم اپنے تعلیمی دور میں ہی ایک عجیب سے خوف میں مبتلا نظر آتا ہے وہ اپنے مستقبل کے بارے میں الجھا الجھا سا دکھائی دیتا ہے۔ ہم سب لوگ چاہتے ہیں کہ ہم ایک خوشگوار زندگی گذارے ایک ایسی زندگی جس میں کوئی الجھن، پریشانی، مسئلہ، دکھ، غم، خوف، درد، لڑائی جھگڑا، روکاوٹ یہاں تک کہ کوئی ایک بھی کھٹن لمحہ نہ آئے۔ ہماری زندگی ہموار گزرے۔ ہم سمجھتے ہیں کہ مسائل، دکھ اور پریشانی خوشگوار زندگی کا حصہ نہیں ہو سکتے، ہمارے ہاں یہ رجحان عام ہے کہ خوبصورت زندگی وہ ہے کہ جو آپ چاہو وہ آپ کو مل جائے، یہاں آپ تمنا کرو اور وہاں وہ پوری ہو جائے، غریب امیر ہو جائے، کاروبار میں ترقی ہو جائے، بڑی اور مشہور یونیورسٹی میں داخلہ ہو جائے، زیادہ سے زیادہ شہرت نصیب ہو جائے، بے روزگار کو روزگار مل جائے، مہنگے سے مہنگے برانڈ کو استعمال میں لایا جائے، جس سے چاہے اس سے شادی ہو جائے اور پیسہ اتنا عام ہو جائے کہ بس جو چاہے خرید لے یہ ہے کچھ ایسے نظریات جس سے ہم ایک ایک خوشگوار زندگی کی تعریف کرتے ہیں۔ مگر دنیا میں ایسے بہت سے لوگ ہیں جن کے پاس یہ سب موجود ہے مگر وہ پھر بھی ایک بے سکونی کا شکار ہیں، ان سے جب بھی بات کی جاتی ہے وہ شکر ادا بھی اس جملے میں کرتے ہیں،، بس اللہ کا شکر ہے،، ایسے جیسے ان سے یہ سب زبردستی کہلوایا جا رہا ہو۔ کبھی آپ نے سوچا کہ ایک وقت میں ہم ایک چیز یا شخص سے محبت کے دعوے کر رہے ہوتے ہیں اور ایک وقت ایسا آتا ہے کہ ہم اسی چیز یا شخص سے لاتعلقی کا اعلان کر دیتے ہیں۔ کیا محبت ایک ایسی چیز ہے جسکی مدت اتنی کم ہوتی ہے یا جس کو ہم محبت سمجھ رہے ہوتے ہیں وہ اصل میں محبت ہے بھی کہ نہیں؟۔ ایسا کیوں ہوتا ہے کہ ماں باپ اپنی اولاد کے لیے ایک ایسا رشتہ دیکھتے ہیں، جس میں لڑکا یا لڑکی پڑھے لکھے ہوتے ہیں، خاندان کے پاس پیسے کی کوئی کمی نہیں ہیں سب بلکل ٹھیک ہے مگر پھر بھی رشتے ٹوٹ جاتے ہیں۔ ایک طالب علم بہت اچھی یونیورسٹی سے ڈگری لیتا ہے مگر پھر بھی بے روزگار ہے، ایک شخص جسکے پاس اچھی نوکری ہے مگر پھر بھی ایک عجیب سی بے سکونی کا شکار ہے، ایک استاد جو اپنے مضامین میں ماہر ہے مگر پھر بھی اسکے طالب علم اس سے خوش نہیں ہے۔ کبھی کبھی ہم اپنی اس زندگی کی بے سکونی سے اتنے تنگ آ جاتے ہیں کہ ہمارے دن رات مسجد میں گزرنے لگتے ہیں، ہم درباروں اور پیروں کے چکر لگانے

لگتے ہیں ۔مگر پھر بھی سکون کا وہ لمحہ حاصل نہیں کر پاتے جو واقعی ہم جینا چاہتے ہیں ۔ایسا کیوں ہے؟۔آخر جینا کس کو کہتے ہیں ۔ جینے کی اصل تعریف کیا ہے ۔جو زندگی میں ہم جی رہے یا جینے کی خواہش کرتے ہیں کیا واقعی ہی اس سے روحانی نشو ونما اور بالیدگی کا حصول ممکن ہے ۔کیا مسائل کو زحمت مان لینا ٹھیک ہے؟ کہی ایسا تو نہیں کہ ہم زندگی کا مقصد تو رکھتے ہیں مگر اسکے لیے درد اٹھانے کو تیار نہیں کیونکہ ہم سمجھتے ہیں کہ اس سے ہمکو خوشگوار زندگی حاصل نہیں ہوگی ۔کیونکہ ہم دکھ،درد اور تکالیف کو خوشگوار زندگی کا یا خوشگوار زندگی کے لیے اہم نہیں مانتے ۔کہیں ایسا تو نہیں محبت کرنے سے پہلے محبت سیکھنا ضروری ہو اور ہم اس بات سے بلکل انجان ہو کر آئے دن اپنی محبتوں کو بدلتے پھر رہے ہیں ۔کیا آپ بھی باقی لوگوں کی طرح یہی سمجھتے ہیں کہ تعلقات کو قائم رکھنے اور کامیاب بنانے کے لیے صرف پیسے کی ضرورت ہوتی ہے اس لیے آپ صرف پیسے کمانے والی مشین بننا چاہتے ہیں ۔ہوسکتا ہے کہ دنیا کو دیکھنے کا آپ کا نظریہ یا نقشہ اتنا پختہ ہو چکا ہو کہ آپ اسکے باہر دیکھنے کو تیار نہ ہو اور اپنے نظریے یا نقشے کو مزید مضبوط کرنے کے لیے اتنی توانائی خرچ کر رہے ہو کہ جس توانائی کے آدھے استعمال سے آپ خوشگوار زندگی کے اصل طریقے تک پہنچ سکتے ہو ۔یہ کتاب آپکو یہ تجزیہ کرنے میں مدد دے گی کہ آپ زندگی کیسے جی رہے ہیں،آپ کو کہاں پر تبدیلی کی ضرورت ہے اور کتنی تبدیلی کی ضرورت ہے ۔اگر آپ واقعی ہی زندگی گزارنا نہیں بلکہ جینا چاہتے ہیں تو آپ کو کس حد تک خود کو تبدیل کرنے کی ضرورت ہے ۔

رض

باب نمبرا

مشکل وقت کوتعمیری انداز میں گزارنے اوراس سے مطلوبہ نتائج حاصل کرنے کے طریقے بھی موجود ہیں

مسائل کی حقیقت

اس دنیا میں کوئی بھی ایسی چیز نہیں ہے جسکو بے معنی پیدا کیا گیا ہو،قدرت کی ہر چھوٹی سے چھوٹی چیزاور بڑی سے بڑی چیز کی تخلیق کے پیچھے ایک خاص مقصداوراس بڑی ذات کی کوئی نہ کوئی مصلیحت چھپی ہے۔اس لیے ہم اس بات سے توانکارنہیں کر سکتے کہ قدرت کی ہرتخلیق ایک گول رکھتی ہے اسکے ساتھ ہمارا یہ یقین کامل بھی ہونا چاہے کہ اس کائنات کی ہر چیز بنی نوع انسان کے فائدے کے لیے بنائی گئی ہے جسکو ہرانسان اپنے حالات،سوچ سمجھ،غورغوض اورضرورت کے تحت متعین شدہ وقت پراستعمال کرتا ہے۔کچھ چیزیں بظاہرہمیں خود کے لیے نقصان دہ لگ رہی ہوتی ہے مگروہ ہمارے لیےنقصان دہ ہوکربھی ہمارے لیے قدرت کی طرف سے فائدے کا باعث بن رہی ہوتی ہیں اورہم اس حقیقت سے انجان ہوتے ہیں۔مثال کےطور پرایک آدمی لاہور سے کراچی کا سفرکرنے کے لیےبس اڈے پر پہنچتا ہےاور اسکومعلوم پڑتا ہے کہ وہ آدھا گھنٹہ لیٹ ہے بس جا چکی ہےاوراگلی بس دو گھنٹے بعد جائے گی وہ شخص کافی افسردہ ہوجاتا ہےاورخودکوخوب لانت ملامت کرتا ہے کہ کاش مجھے دفتر سے جلدی چھٹی مل جاتی توایسانہ ہوتایا میں جلدی کرلیتاوغیرہ وغیرہ۔بس سٹینڈ پر بیٹھےابھی اسکوآدھا گھنٹہ ہوا ہوتا ہےاورخودکوالزام دے ہی رہا ہوتا ہے کہ اچانک ٹی وی پرخبرآتی ہے کہ وہ بس جوابھی کچھ دیر پہلے روانہ ہوئی تھی حادثے کا شکارہوچکی ہے۔تب انسان کواحساس ہوتا ہے کہ کہ جو چیز بظاہراسکوغلط لگ رہی تھی اسکے لیے فائدے کا باعث تھی۔اس لیے یقین کامل ہونا ضروری ہوتا ہے۔ہم زندگی کہ ہر لمحے میں کسی نہ کسی مسئلے سے گزر رہے ہوتے ہیں۔کبھی یہ مسائل معمولی نوعیت اورکبھی غیرمعمولی نوعیت کے ہوتے ہیں۔مسائل ہماری زندگی کی حقیقت ہوتے ہیں اوران مسائل کی بھی ایک اصل ہے جن سے ہمکو جینے کا وہ سلیقہ حاصل ہوتا ہے جو جینے کے تمام ترطریقوں کی بنیاد ہوتا ہے۔یہ مسائل کیا ہوتے ہیں،ہماری زندگی میں یہ کب کیا کردارادا کرتے ہیں۔انکا زندگی میں ہونے کا مطلب کیا ہے،انکی کتنی اہمیت ہے؟اورہم انکواپنی زندگی پرکس حدتک اثرانداز ہونے کی اجازت دے سکتے ہیں اوراگر یہ ہم کو میسر ہیں توان سے کس طرح سے خودکو بچانا ہے،آنے والے کچھ صفحوں تک ہم اس پرکافی گہری بحث کریں گے۔

ہمت اورعقلمندی کی تخلیق مسائل سے ہوتی ہے

اس دنیا میں ہرایک کہ اپنے اپنے دکھ اورمسائل ہیں،کوئی اپنی تکالیف کولے کرشورغل مچارہا ہےتوکوئی انکوخاموشی سے برداشت کیے بے معنی سی زندگی گذاررہا ہے کیونکہ وہ سمجھتا ہے یہ دکھ اسکا مقدر ہیں درحقیقت صرف اسی کا ہی مقدر ہے اسکے مسائل میں جواذیت اوردرد ہے وہ باقی تمام لوگوں سے مختلف اورالگ ہے ہرایک کا اپنے مسائل کودیکھنے کا اپنا ہی نقطہ نظر ہے۔لیکن ایک ایسی حقیقت جسکوہم سب کے اپنے

مسائل کو دیکھنے کے الگ الگ نظریات بھی بدل نہیں سکتے وہ یہ کہ زندگی آسان نہیں ہے۔ یہ جسکو بھی ملی ہے اسے اپنے حصے کے دکھ، تکلیف اور غم سے انکار نہیں ہو سکتا ہے۔ میرے مطابق ،مختلف مسائل کے مجموعہ کا نام زندگی ہے۔ہم میں سے اکثر لوگ اس وقت اپنے دکھ کی اذیت کو برداشت کرنے کے قابل ہوتے ہیں جب وہ قبولیت کا رویہ اپناتے ہیں یعنی وہ یہ مان لیتے ہیں کہ زندگی واقعی ہی مسائل کا متواتر سلسلہ لیے ہوئے پیدا ہوئی ہے۔اس دنیا میں ہر ایک انسان کا وقت دو چیزوں پر مشتمل ہوتا ہے ایک مسائل اور دوسرا اسکا حل۔ یہی وہ دو چیزیں ہے جسکی وجہ سے ہم سب کو زندگی مشکل بلکے کبھی کبھی عذاب لگ رہی ہوتی ہے۔ جب بھی کوئی کسی پریشانی یا مسئلے میں مبتلا ہوتا ہے تو وہ باقی لوگوں کی زندگی کو قدرے آسان سمجھتا ہے وہ ایسے سمجھتا ہے جیسے شاعر نے لکھا ہے

آپ ہنس سکتے ہیں مجھ پر

آپ پہ بیتی جو نہیں ہے

جب ایسی کیفیت ہوتی ہے تو کوئی اگر ہمکو سمجھانے کی کوشش بھی کرئے تو وہ بھی ہم کو زہر لگ رہا ہوتا ہے۔ کیونکہ آپکا دکھ سب سے انوکھا دکھ جو ہے اور شاید سب سے بڑا بھی باقی لوگ اس درد کی کیفیت کو کہاں سمجھ سکتے ہیں۔ اس وقت ہم ایسا سوچ رہے ہوتے ہیں۔ جو کہ ہمارے اندر دکھ کی اذیت کو اور بڑھاوہ دے رہی ہوتی ہے۔ زندگی کو ایک ہی چیز مشکل بناتی ہے وہ ہے مسائل کو حل کرنے کا عمل، اور مسائل ہمکو اس لیے مشکل لگتے ہین کیونکہ وہ ہمارے اندر غیر آرام دہ احساسات کا ایک انبار لگا دیتے ہیں۔ ہمکو یہ حقیقت ماننی ہوگی کہ زندگی میں خوشی کے علاوہ غم بھی ہیں، جو کہ یہ ایک تلخ حقیقت ہے اور ہمکو اس کے ساتھ چلنا ہے تو کیوں نہ مسائل کے حل کا کوئی ایسا طریقہ سیکھا جائے جس سے زندگی میں مسائل کی موجودگی جینے کی وجہ یا لطف کو ختم نہ کر سکے۔ ان طریقوں کو میں نے پہلے خود اہل علم کی کتابوں سے سیکھا اور پھر اپنے سماجی دائرہ میں آنے والے لوگوں پر اسکا مشاہدہ کیا اور یہ طریقے کافی حد تک کارآمد ثابت ہوئے۔ مگر اس سے پہلے مسائل کی اہمیت پر مزید تھوڑی سی بات کرتے ہیں، یہ مسائل ہی جو ہمارے اندر چھپے خزانے کو باہر لے کر آتے ہیں۔ انکی موجودگی ہی ہم ءکو خود کی تلاش میں مدد دیتی ہے۔ مسائل نہ صرف ہماری ذہنی پختگی کا باعث بنتے ہیں بلکہ ان سے ہماری روحانی نشو ونما بھی جڑی ہے۔ہم زندگی کا سلیقہ اور جینے کا طریقہ مسائل اور درد سہنے سے ہی سیکھتے ہیں۔ اگر ہم خود میں جھانک کر دیکھے تو ہم کتنے بہادر ہیں۔ کیا ہم دکھ میں ملنے والے درد کو برداشت کرنے کی اہلیت رکھتے ہیں۔ اگر رکھتے ہیں تو ثابت کریں کہ آپ ڈرپوک اور خوف زدہ نہیں ہیں۔ کیا آپ میں اتنی ہمت ہے کہ اپنی غلطی کو مان کر دوسرے کے سامنے اسکا اعتراف کریں؟۔ اگر کوئی آپ سے اچھا کام کر رہا ہے تو اسکو سراہے اور تعریف کریں۔ کیا آپ اتنی ہمت رکھتے ہیں کہ اپنے وقت کو بہتر طریقے سے گزارنے کے لیے صرف لوگوں کا سہارا نہ لے اور آئے روز افیر زنہ بناتے پھیرئے۔ کیا آپ میں مسائل سے لڑنے کی اتنی طاقت ہے کہ اگر آپ کے سامنے دو راستے ہو ایک آسان جو کہ آپ کے وقتی سکون کے لیے کافی ہے اور دوسرا مشکل راستہ جس سے آپکو وقتی سکون نہیں مل رہا مگر آپ کو یقین ہے کہ یہ راستہ مشکل سہی مگر آپکو درپیش مسائل کا مستقل حل ہے تو آپ مشکل راستہ چنے گے کہ نہیں۔ آپ خود ایسا بنا سکتے ہیں کہ مشکل وقت میں جب آپکو نوکری کی اشد ضرورت ہو اور لاکھ کوششوں کے باوجود

آپکونوکری نہ مل رہی ہواوراچانک آپکوایک طرف سے اچھی نوکری کی پیشکش ہولیکن اس کے لیے رشوت دینالازمی ہواوررشوت کی مالیت زیادہ بھی نہ ہواورآپ میں اتنی ہمت ہوکہ آپ اس آفرکوانکارکردیں۔آپ نے دویاچارسال ایک ایسی ڈگری پرلگادیے جوآپ کہ پیشن سے بلکل نہیں ملتی اورآپ نے اس ڈگری کوماں باپ کے کہنے پریازیادہ سکوپ کی بناپرحاصل کرلی ہولیکن آج آپکادل آپ کوباربارکہتاہو کہ یہ تمہاری راہ نہیں توکیاتم اس راہ کوبدل سکتے ہو۔کیاتم اتنے یااتنی بہادرہوکہ ایک ایسارشتہ جس کوآپ بے پناہ اوربے لوث محبت دے چکے ہواورایک وقت ایسا آتاہے کہ تم کوکامل یقین ہوچکایہ رشتہ محبت کانہیں ضرورت کاہے توکیاتم خودکواوراس رشتے میں بندھے دوسرے انسان کوبناکوئی گلہ شکوہ کیئے بغیرآزادکردو۔کیاآپ اتنی طاقت رکھتے ہیں کہ خواہشات کوپوراکیے بناایمان پرقائم رہےاوراللہ کی رضاپر شاکرہو۔انسان کوخدانے بہت ساری صلاحیتوں سے نوازاہےمگران میں سے ایسی ایک مخصوص صلاحیت ہوتی ہے جواس ذات نے انسان کی اپنی ذات سے بھی پوشیدہ رکھی ہے مگرانسان کی ذات میں اسکوکئی چھپادیاہےاورانسان کوکہاکہ اسکوخودتلاش کراورجب انسان اسکوتلاش کرنے کی کوشش شروع کرتاہےتودکھ،مسائل اورتکالیف اسکے لیے ایک رہنما کا کردارادا کررہی ہوتی ہے جن کووہ ایک وقت پرجاکرسمجھتا ہے۔آپ ایک پرسکون زندگی بسرکررہے ہوتے ہیں کہ اچانک ایک ایسی مصیبت آپ پرآجاتی ہے جسکے حل کے لیے آپکوایسی تحریک ملتی ہے کہ آپ کےاندرچھپی صلاحیت باہرآجاتی ہے۔اس لیے مسائل کی قیمت جانے انکوبے قیمت سمجھ کرگھبرائیں نہیں کیونکہ اگرآپ نے انکو بے قیمت کرکے چھوڑدیاتوایک وقت ایسا آئے گا کہ یہ آپکوبے قیمت کرچھوڑے گے۔آج آپ دیکھتے ہیں کہ بہت سارے نوجوان منشیات کے عادی ہوچکے ہیں کیونکہ انکےاندرمسائل سے نمٹنے کی ہمت موجودنہیں ہے۔یہ وہ نوجوان ہوتے ہیں جویاتومسائل سے منہ موڑ لیاکرتے تھے یاانکےٹل جانے کےانتظارمیں انکومزیدبڑھابیٹھتے تھے۔جب مسائل کاایک انباران پرآن پڑاتوانہوں نے وہاں سے بھی راہ فراردیکھااورمنشیات میں سکون حاصل کیاجوکہ عارضی اورمہلک سکون تھا۔جب ہم درد سے بھاگتے ہیں تویقیناً ہم ایک ذہنی خلل کودعوت دیتے ہیں جوکہ آہستہ آہستہ نفسیاتی بیماری میں بدل جاتی ہے۔ہماری زندگی کا ہردکھ گزشتہ دکھ کامتبادل ہوتاہے۔اوریہ متبادل دکھ گزشتہ دکھ سے زیادہ علالت لیے پیداہوتاہے۔جب ہم متبادل سے متبادل دکھ کی ایک چین بناتے چلے جاتے ہیں توہماری ذہنی صحت قائم نہیں رہتی اور اس طرح انسانی روح نشوونمارک جانے کے باعث مرجھاناشروع ہوجاتی ہے۔اس لیےضروری ہے کہ ہم مسائل کواپنادوست سمجھےاورانکو باعزت طریقے سے اپنے زندگی ایک موجودہ حصے سے رخصت کریں۔انکوطریقوں پرعمل کرناہم سب کے لیےضروری ہے۔پانچ سال کے بچوں سےان کے سکھانے کاسلسلہ شروع ہوجاناضروری ہے۔اورکسی بھی شعبہ زندگی سے تعلق رکھنے والاانسان ان پرعمل کریں اورجینے کے مناسب طریقوں کوسیکھنے کی جانب اپناپہلاقدم رکھے۔یادرکھے خوبصورت جینے کے لیے دکھ اٹھانالازم ہیں۔

زندگی کی اذیت کوختم کرنا

اس دنیامیں کامیاب زندگی صرف اس انسان کی ہوتی ہے جواذیت کاسامنہ کرتاہے پھراسکاتجربہ کرتااورپھراس اذیت کوختم کرنے کے یا اس پرقابوپانے کے تعمیری طریقے کااستعمال کرکے زندگی کی اصل مسرت کوجاننے کاموقع حاصل کرتاہے۔زندگی کی خوبصورتی دوحصوں پر

مشتمل ہے ایک ہے عارضی خوبصورتی اور دوسرا حصہ مستقل خوبصورتی ہے۔کسی نے کیا خوب کہا ہے

زندگی تیرا سبھی حسن بجا ہے لیکن

تجھ کو جو غور سے دیکھے گا ڈر جائے گا

زندگی کا مستقل حصہ اذیت کا تجربہ کرنے اور اس پر قابو پانے سے حاصل ہوتا ہے مگر ہم میں سے لاتعداد لوگ عارضی حصے کی جانب جاتے ہے اور کچھ وقت کے بعد ناکامی انکا مقدر رہوتی ہے۔کافی عرصہ پہلے کی بات ہے میری ماسٹر میں کلاس فیلو جب بھی کمرہ امتحان سے باہر آتی افسردہ سی دکھائی دیتی جب اس سے وجہ پوچھی جاتی تو پتی چلتا پرچہ بہت برا ہوا ہے لیکن اس کی یہ شکائت مجھے حیران کر دیتی جب وہ یہ بتاتی کہ میں نے سارا سلیبس یاد کیا تھا سوائے تین موضوع کے اور پرچہ انہی میں سے آ گیا تھا۔یہ شکائت اسکا معمول بن چکی تھی۔میں جاننا چاہتی اسکے ساتھ یہ کیوں ہوتا ہے۔میں نے ایک دن اس کے ساتھ پرچہ کی تیاری کرنے کا ارادہ کیا۔وہ بڑی دل لگی سے تیاری کر رہی تھی ۔اس نے مجھے کہا میں پہلے ان موضوع کی تیاری کروں گی پھر دوسرے کی لیکن میں نے اس سے کہا کہ جو حصہ تم پہلے تیار کرنے جا رہی ہو اسکی وجہ کیا ہے تو اس نے بتایا یہ زیادہ آسان ہے اور جلدی تیار ہو جائے گا۔میں نے اس وقت یہ اندازہ لگا سکی کہ وہ مشکل سوالات سے بھاگتی ہے اور جب وہ چاہتی ہے کہ وہ انکو تیار کرے ئے اس وقت تک آسان اور غیر اہم سوالات کو تیار کرنے میں وہ اتنی انرجی ضائع کر چکی ہوتی ہے کہ باقی مشکل اور اہم سوالات کو تیار نہیں کر پاتی اور اپنی کارکردگی پرچے میں بہتر نہیں کر پاتی ۔ہم میں سے لاتعداد لوگ زندگی کے تمام معاملات میں یہی رجحان رکھتے ہیں وہ آسان کام کو پہلے کرتے ہیں۔اس لیے جو لوگ مسائل کو ٹال مٹول نہیں کرتے بلکہ انکا سامنا کرتے ہیں وہی عقل مند ہوتے ہیں اور کامیاب ہوتے ہیں۔یہ رجحان کہ ہمکو زندگی کے چھوٹے سے چھوٹے معاملے میں اس طرح جدول بندی کرنی ہے کہ مشکل حصہ پہلے کام میں لا کر باقی حصے کا لطف لینا ہے۔یہ رجحان بچپن سے ہی ہم میں پیدا ہو جانا ضروری ہوتا ہے اور جب ہم پانچ سال کے ہوتے ہیں تو یہ رجحان ہم ہمارے والدین اور اساتذہ پیدا کرتے ہیں۔اساتذہ اس طریقہ کو استعمال کرتے ہوئے مشکل مضمون کا پیریڈ پہلے لے تا کہ صبح صبح بچے مکمل توانائی کے ساتھ اس مشکل مضمون میں مہارت حاصل کر سکے۔لیکن ہم اکثر ایسی بالغوں کی تعداد بھی دیکھتے ہیں جو آسان کی راہ تلاش کرتے ہیں۔ہم اکثر کہہ رہے ہوتے ہیں کہ فلاح طالب علم بہت ذہین ہے مگر وہ اچھے گریڈ نہیں لے پاتا تو اسکی وجہ یہ ہے کہ وہ آسان کو پہلے اور مشکل کو بعد میں سرانجام دینے کا رجحان رکھتا ہوتا ہے۔ہمارے نوجوانوں میں یہی رجحان انکو تباہی کی طرف لے کر جا رہا ہے وہ اپنی پیشن کی ڈگری کے ساتھ بھی ایماندار نہیں ہوتے ہیں اور اپنی لمحہ بھر کی شدید خواہش کو فوقیت دیتے ہوئے اصل سے دور ہو جاتے ہیں اور بے چینی اور اضطراری کی کیفیت کا شکار ہو کر منشیات کا سہارا لینے لگتے ہیں۔آپ آج ہی ایک تجربہ کریں۔آپ آج شام اپنے کاموں کی ایک لسٹ بنائے ایک تجربہ یہ ضرور کریں گے کہ جو کام سب سے زیادہ ضروری ہوگا وہی کام اپنی ساخت میں مشکل بھی ہوگا۔لہذا آپ اگلے دن اس مشکل کام کو پہلے کرئے۔آپ محسوس کریں گے کہ آپ کے اندر ایک عجیب سا سکون اور خوشی ہوگی اور اس سکون اور خوشی کی بنا پر آپ باقی کام آسانی سے کرتے چلے جائے گے۔آج ضرورت اس امر کی ہے کہ والدین اور

اساتذہ مل کر بچوں کے اندر مشکل اور ضروری کام کو پہلے کرنے کا رجحان پیدا کریں تا کہ وہ زندگی میں آنے والے خطرات سے بچ سکے۔آج کل کے بچوں میں اس عنصر کا نہ ہونے کی بڑی وجہ بے معنی تربیت، محبت اور تربیت کی لاتعلقی اور تربیت کا توجہ اور وقت سے لاتعلق ہونا ہے۔

بے معنی تربیت

تربیت تعمیری اور خوشگوار زندگی گزارنے کے لیے ایک ستون کی حیثیت رکھتی ہے۔ہم جینے کے بہت سے طریقے اپنی تربیت سے سیکھتے ہیں۔ہم سمجھتے ہیں بہتر تربیت کا تعلق تعلیم یافتہ والدین سے ہوتا ہے لیکن اگر آپ مشاہدہ کریں تو آج کی تحقیق یہ بتاتی ہے بہتر اور تربیت یافتہ تربیت کا تعلق محبت کرنے والے والدین سے ہوتا ہے۔محبت کو سمجھنا اتنا آسان نہیں ہے مگر میری ناقص عقل محبت کا مطالعہ کرنے پر ایک چھوٹی سی محبت کی تعریف کر پائی ہے محبت معیاری وقت اور معیاری توجہ دینے کا نام ہے۔یہاں پر لفظ معیاری کیوں استعمال ہوا ہے اسکی وضاحت آنے والے کچھ صفحات میں ضرور کی جائے گی۔خیر بات ہو رہی تھی کی بامعنی تربیت زندگی کو کیسے خوشگوار بناتی اور جینے کے سلیقے دیتی ہے اور اسکے برعکس بے معنی اور غیر تربیت یافتہ تربیت کیسے زندگی میں ناخوشگوار حالات کو پیدا کر دیتی ہے۔ہمکو بچپن میں جو تاثرات اپنے بڑوں، والدین اور اساتذہ سے ملے ہوتے ہیں وہ ہمارے لاشعور میں کچھ ایسے بیٹھ جاتے ہیں کہ ہم زندگی بھر بنا ان عادات کا شعوری طور پر تجزیہ کیے انکو عملی طور پر کرتے چلے جاتے ہیں۔مثال کے طور پر بچپن میں جب بچے سے ایک چیز ٹوٹ جاتی ہے اور وہ پوچھنے پر سچ سچ بتاتا ہے اور ماں یا باپ سے اسکو خوب مار پیٹ پڑتی ہے تو بچہ اس بات کو حقیقت بنا لیتا ہے کہ سچ بولنے پر صرف سزا ہی ملتی ہے تو ساری زندگی خود کی غلطی کو چھپاتا ہے اور دوسروں کی غلطیوں کو سامنے لانے کی کوشش کرتا ہے۔آج کے والدین بچے کے لیول کو سمجھے بنا ان سے اپنے لیول کے مطابق بات منوانا چاہ رہے ہوتے ہیں۔وہ سمجھتے ہیں کہ سمجھانے کا صرف ایک ہی طریقہ ہے ڈانٹ اور مار پیٹ جبکہ وہ یہ نہیں جانتے کہ وہ انکے لیے آسان ترین راستہ ہے۔جیسا کہ میں نے پہلے کہا آسان راستہ عارضی ہوتا ہے اور یہ اپنے ساتھ اور بھی کافی مسائل لے کر آتا ہے۔بچوں کی مکمل تربیت کے لیے وقت اور توجہ درکار ہوتی ہے۔بچوں کی مشکلات اور ضرورتوں کو قریب سے جاننے کے لیے ان کو وقت اور توجہ دینی پڑتی ہے۔آج ہم زندگی کی خوبصورتی کو تربیت سے منسلک تو کرتے ہیں مگر یہ چیز والدین ترجیحات میں نہیں رکھتے ہیں۔مثلاً آج کی ماں کیسی ہے۔اگر وہ صرف ایک گھریلو خاتون ہے تو وہ اپنے بچوں کی تربیت کچھ ایسی جدول بندی سے کرتی ہے، صبح بچوں کے یونیفارم تیار کرنا، ناشتہ تیار کرنا اور سکول بس آنے پر انکو سکول بھیج دینا۔انکی واپسی پر انکو فریش کروا کر ٹیوشن کے لیے بھیج دینا، شام واپسی پر کھانا دینا۔بچوں کو ایک یا دو گھنٹے ٹی وی دیکھنے کی اجازت دینا اور سونے کا حکم صادر کر دینا۔کچھ ہفتوں بعد پیرنٹس ٹیچر میٹنگ میں شمولیت اختیار کر لینا اور وہاں پر بھی صرف بچوں کے گریڈ کو دیکھنا۔آپ اس تمام روٹین کا اندازہ لگائے تو یہاں بچے کی جسمانی تربیت ضرور ہو رہی ہے روحانی نہیں۔جینے کا بہتر طریقہ روحانی اور ذہنی تربیت سے حاصل ہوگا۔جب آپکا بچہ ذہنی اور روحانی لحاظ سے اتنا مظبوط ہو کہ وہ اپنے روزمرہ کاموں میں تسکین کو پس پشت ڈال کر اہم اور مشکل کام پہلے کریں۔والدین اپنے بچوں کی زندگی تب ہی ترتیب اور منظم بنا سکتے ہیں جب وہ خود کی شخصیت اور کردار کو منظّم بنائے گے۔اس کے لیے ضروری ہے کہ آپ تربیت کرنا، محبت کرنا، توجہ دینا اور وقت دینا بذات خود

سیکھیں ۔اس کے سیکھنے کے لیے کتاب، کاؤنسلنگ سیشن ،علم یافتہ لوگوں کے لیکچرز اور دیگر ذرائع علم ومعلومات کو وقت دے ۔ایک بات ذہن نشین کرلے کہ جیسے میں نے کہا کہ بچوں کی بہتر تربیت تعلیم یافتہ والدین کی نسبت محبت کرنے والے والدین بہتر کر سکتے ہیں ۔کیونکہ محبت کرنے والے والدین جب بھی اپنے بچوں کے لیے کوئی فیصلہ کرتے ہیں تو کافی گہرا مشاہدہ کرنے اور وقت صرف کرنے کے بعد کرتے ہیں مگر پھر بھی وہ خوداوراانکے بچے تکالیف سے گزرتے ہیں ۔کیونکہ کہ محبت کا مطلب ہرگز ہرگز دکھ تکلیف سے بچانا نہیں بلکہ انکا سامنا کرنا سکھانا ہے اوران والدین کے بچے یہ سیکھ جاتے ہیں ۔جب ہمارے اندر تکلیف کو صبر کے ساتھ سہنے کی ہمت اور خواہش پیدا ہوجاتی ہے تو ہماری زات میں خود ضبطی پیدا ہوجاتی ہے ۔آج آپ جینے کے اس طریقے کو اپنے بچے پر تجربہ کریں ۔ہمارے گھروں میں بیمار بزرگ موجود ہوتے ہیں ہم کو چاہیں کہ ہم اپنے بچوں کو ان کو وقت دینے کی تربیت دے ۔اگر بچہ ٹی وی دیکھنا چاہتا ہے اور آپ اسکو کہتے ہیں کہ آج تم نے دادی یا دادا کے ساتھ آدھا گھنٹہ بیٹھ کر باتیں کرنی اس وقت پر جب اسکا دل ٹی وی دیکھنے کو چاہ رہا ہو۔تو وہ بچہ جب یہ عمل خود پر ضبط کرکے کرئے گا تو اس کے اندر ایک اچھا کام کرکے سکون پیدا ہوگا ۔یہ سکون اسکو لذت والے کام سے دور لے جائے گا۔

محبت کے اظہار کی لازمی شرط

آج ہم اکثر نوجوانوں کی شخصیت کو انتہائی بکھرا ہوا دیکھتے ہیں ۔اسکی وجہ قابل قدر نہ ہونے کا احساس، خود ضبطی کا نہ ہونا اور روح کی مضبوطی کا نہ ہونا ہے ۔آج ہم معاشرے میں اس بگاڑ کی وجہ یا اسکا الزام صرف اور صرف تعلیمی نظام اور موجودہ حکومت پر لگا دیتے ہیں کہ ان کی وجہ سے ہمارا آج کا نوجوان کامیاب نہیں ہو پا رہا ہے ۔تو آج آپ یہ جان لے کہ یقیناً تعلیمی نظام اور حکومتی غلط پالیسوں کے باعث آج ہمارا نوجوان معاشی ،معاشرتی اور سماجی لحاظ سے ناکام ہو رہا ہے مگر اس ناکامی کی جڑیں بچپن سے پھیلی ہوتی ہیں ۔کیونکہ انسان جب تک ذہنی طور پر مضبوط نہیں ہوتا ہے تب تک کامیابی اسکا مقدر نہیں بنتی اور یہ ذہنی مضبوطی اور صحت کے ذرائع اگر ہمکو بچپن میں نہیں ملتے تو زندگی بھر کے نشیب وفراز انسانی روح کو ختم کر دیتے ہیں ۔والدین اپنی محبت کے اظہار کو دو طرح سے بیان کرتے ہیں ۔کچھ والدین ایسے ہوتے ہیں جو اپنے بچوں کو وقت نہیں دیتے لیکن وہ اپنی اس خامی کو چھپانے کے لیے قول وقرار کے ذریعے اپنے بچوں کو بتاتے رہتے ہیں کہ وہ ان سے بہت محبت کرتے ہیں ایسے والدین کے بچے لاشعوری طور پر جانتے ہوتے ہیں والدین ان سے محبت نہیں کرتے ہیں اور وہ اپنے والدین کے لیے قابل قدر نہیں ہے ۔لیکن وہ شعوری طور پر خود کو تسلی دینے کے لیے یہ مان لیتے ہیں کہ والدین ان سے بے انتہا محبت کرتے ہیں ۔جبکہ دوسری طرف وہ والدین جو اپنے بچوں کو وقت دیتے ہیں اور یہ جاننے کی کوشش کرتے ہیں انکے بچے کو کہاں اور کتنی تربیت کی ضرورت ہے ۔وہ اپنے بچوں کو سکھا سکتے ہیں کہ زندگی ہمیشہ ہموار نہیں چلتی ہے اسکے لیے مسائل کو سامنا کرنا ہوتا ہے اور مسائل کو وقت پر حل کرنا ہوتا ہے ایسے بچے خود کو لاشعوری طور پر خود کو قابل قدر محسوس کرتے ہیں اور یہ احساس ان کو وقت کی قدر کرنا سکھاتا ہے اور وقت کی قدر کو برقرار رکھنے کے لیے وہ خود کو منضبط کرتا جس سے اسکے اندر خود ضبطی پیدا ہوتی ہے اور وہ اپنے وقت کو کبھی بھی غیر پیداواری کاموں میں صرف نہیں کرتا ہے ۔جب انسان کی روح مضبوط ہوتی ہے انسانی ذہنی صحت بھی برقرار رہتی ہے ۔اس لیے والدین کو چاہیے کہ وہ محبت کے اظہار کے

لیے وقت کی اہمیت کو سمجھے کہ وہ اپنے بچوں کو وقت دے اور ان کو قابل قدر محسوس کروائیں۔

اذیت والے لمحے پر وقت خرچ کرنا

ہم زندگی میں ایسے بہت سے کام ہے یا پھر سارے کام ہیں جو جلدی جلدی کرنا چاہتے ہیں۔مگر ہم اکثر مشاہدہ کرتے ہیں کہ جلدی جلدی والے کام جتنے بھی نظم وضبط سے کرے وہ اپنے انجام کار تک اپنے حصے سے زیادہ کا وقت لے لیتے ہیں اور بعض اوقات اسکا نتیجہ ہمکو تسلی بخش احساس نہیں دیتا ہم اسکے بارے میں شک وشبہات کا احساس رکھتے ہوتے ہیں۔اسکے برعکس جو کام ہم مکمل صبر کے ساتھ کرتے ہیں وہ کام نہ صرف اپنے وقت سے پہلے نتیجے تک پہنچ جاتا ہے بلکہ ہم اسکے بارے میں مکمل طور پر خود اعتماد ہوتے ہیں۔جب ہم ایک کام شروع کرتے ہیں تو شروع شروع میں ہمکو سمجھ نہیں آرہی ہوتی کہ ہم اسکو کیسے کرے اس وقت آپ کا دماغ ایک عجیب سی بے سکونی میں ہوتا ہے اور اگر آپ اس وقت اپنے اوپر ضبط کرکہ مکمل فوکس کے ساتھ وقت لگا کے اس اذیت کو برداشت کرتے ہوئے وقت لگاتے ہوئے اس کام کو جاری نہیں رکھتے۔تو ہم عموما کہتے ہیں کہ یہ مجھ سے نہیں ہوگا اور آپ یقین کرلیتے ہیں کہ یہ کام آپ سے نہیں ہوگا جبکہ آپ نہیں جانتے ہوتے کہ اس کام کو کرنے کی صلاحیت آپ میں ہے بس آپ اس پر وقت خرچ نہیں کر پارہے اس اذیت کو نہیں برداشت کر رہے جو مسئلے کے حل کو تلاش کرنے میں آپکے دماغ کو الجھا رہی ہے اس لیے اکثر لوگ خود کونا کام کرلیتے ہیں۔اگر آپ خود میں یہ قوت پیدا کرلے کہ مسائل کے حل کی شروعات میں ہونے والی ذہنی تکلیف کو برداشت کرنا ہے تو آپ ہر کام کو کرنے کے قابل ہوجائے گے اس لیے کہتے ہیں کہ اس دنیا میں کوئی بھی ایسا کام نہیں جو انسان نہیں کرسکتا۔ہم ایک طالب علم کی مثال لیتے ہیں وہ سٹیٹس میں بہت کمزور ہے کیونکہ وہ اس مضمون کو پہلی دفعہ پڑھ رہا ہے مگر کچھ طالب علم ایسے ہیں جو بہت اچھی کارکردگی اس مضمون میں دکھاتے ہیں۔جن کو دیکھ کر کمزور طالب علم یہ سمجھتا ہے کہ وہ یہ نہیں کرسکتا اس میں اسکی صلاحیت نہیں موجود جبکہ وہ اصل حقیقت سے انجان ہے وہ یہ کہ جو طالب علم سٹیٹس میں اچھی کار کردگی دکھا رہے ہیں انہوں نے اس پر وقت زیادہ لگایا ہے انہوں نے سٹیٹس کے مشکل فارمولاز میں الجھاؤ کے وقت خود پر ضبط کیا اور مضبوط قوت ارادی دکھائی اور اس میں اچھی کارکردگی دکھانے میں کامیاب ہوگئے اس لیے خود کی صلاحتیوں کو فراموش کرنے سے اچھا ہے آپ اصل بات کو جانیں۔

زندگی آپکی مسئلہ آپکا

ہم اپنی زندگی کی بہت ساری الجھنوں، تکالیف اور مسائل کا حل اس لیے نہیں نکال سکتے کیونکہ ہم سمجھتے ہیں ہماری زندگی میں یہ سارے دکھ دوسروں کی وجہ سے ہیں اور یہ چیز ہمارے اندر سے احساس ذمے داری کو ختم کر دیتی۔ہم مسائل کو مجبوریاں کا نام دے کر ان سے پیچھا چھڑوانے کی کوشش کرتے ہیں اور ہماری یہ کوشش ہمکو مزید پریشانی میں ڈال دیتی ہے۔مثلا میں نے آج سبق یاد نہیں کیا کیونکہ میرے پاس کتاب نہیں تھی، میں مچھلی پکڑنے نہیں گیا کیونکہ تالاب بہت دور تھا، میں نے کتاب نہیں پڑھی کیونکہ لائبریری بہت دور تھی، میں نے کھانا نہیں کھایا کیونکہ مجھے دیر ہوری تھی، میں صبح کی ورزش نہیں کرسکتا کیونکہ کہ میرے گھر کے قریب کوئی پارک نہیں ہے، میں نے نماز نہیں پڑھی کیونکہ میرے کپڑے پاک صاف نہیں تھے، میں تم سے ملنے نہیں آسکا کیونکہ میرے کپڑے استری نہیں تھی۔ہمارے پاس اپنے مسائل سے بھاگنے کے ایسے بہت سارے بہانے ہوتے ہیں کیونکہ ہم خود کو بار بار یہ کہہ کر کہ یہ مسئلہ نہیں یہ یقین دلا چکے ہوتے ہیں کہ یہ واقعی ہی میرا مسئلہ نہیں ہے اوراس طرح ہم اس کا حل بھی نہیں نکالتے۔کافی عرصہ پہلے کی بات ہے ایک شخص ڈاکٹر کے پاس وزن کم کرنے کی دوائی لینے کے لیے جاتا ہے۔ڈاکٹر نے ہدایت کی آپ ورزش کیا کریں اور صحت مند خوراک کھایا کریں

،،میں صبح کی سیر نہیں کرسکتا کیونکہ میرے گھر کے نزدیک کوئی پارک نہیں ہے،،

،،آپ اپنے محلے کی گلیوں میں یا سڑک پر صبح چہل قدمی کرسکتے ہیں،،

،،ڈاکٹر پارک نزدیک نہ ہونے کے باعث صبح محلے کے اکثر لوگ باہر نکلے ہوتے ہیں کہ بہت رش ہوتا ہے اور سیر کرنے کا مزہ نہیں آتا،،

،،تو آپ تھوڑا جلدی اٹھ جایا کریں تاکہ زیادہ لوگوں کے آنے تک آپ اپنی سیر مکمل کرلے،،

،،رات دیر سے سونے کی وجہ صبح جلدی آنکھ نہیں کھلتی،،

،،آپ جلدی سونے کی کوشش کیا کریں،،

،،ڈاکٹر صاحب اب صبح کی سیر مجھے اتنی بھی پسند نہیں کہ میں اسکی خاطر رات کو اپنا پسندیدہ ٹاک شو چھوڑ دوں،،

میں یہی چیز آپ سے سننا چاہ رہا تھا کہ صبح کی سیر کرنا آپ خود نہیں چاہتے مگر اسکے نہ کرنے کی وجہ آپ اپنے اردگرد کی چیزوں کو دے رہے ہیں۔

ہماری روزمرہ زندگی میں ایسے بہت سارے معاملات ہوتے ہیں جن کے نہ کرنے کا الزام ہم اپنے اردگرد کے لوگوں یا چیزوں پر لگا رہے ہوتے ہیں۔ہم زندگی میں ہر جگہ ایمانداری کا لیکچر دے رہے ہوتے ہیں کبھی کرپٹ آدمی کو، کبھی دوکاندار کے کم تولنے پر، کبھی مزدور کے کام میں ڈنڈی مارنے پر، کبھی ڈاکٹر کے زیادہ فیس لینے پر، کبھی استاد کے اپنے فرائض ٹھیک طرح ادا نہ کرنے پر اور کبھی سیاستدانوں کی غلط سرگرمیوں پر ایمانداری کا لیکچر دیا جارہا ہوتا ہے۔ہم چاہتے ہیں کہ ہم کو سب کچھ ٹھیک ٹھیک ملے۔لیکن ہم خود ٹھیک نہیں ہونا چاہتے۔ہم

اپنے اندر کے ساتھ کبھی ایماندار نہیں ہوتے ہیں۔ جب ہم ایک کام نہیں کر پاتے تو ہم اس بات قبول کرنے میں انتہائی عار محسوس کرتے ہیں یہ سب ہماری اپنی لاپرواہی کی وجہ سے ہوا ہے اس لیے ہم خود کو اس احساس ندامت اور اپنی اصل ذمے داری کو قبول کرنے سے بچانے کے لیے اسکی وجہ بیرونی ماحول، اردگرد کے لوگ اور حالات کو ٹھرا کر خود کو آزاد کر لیتے ہیں۔ ڈیل کارنیگی اپنی کتاب،، میٹھے بول میں جادو ہے،، میں ایک مجرم کا واقعہ بیان کرتے ہیں۔ دو بندوق والا قرولی نامی شخص 7 مئی 1931 کو نیویارک میں پولیس کے ہاتھوں گرفتار ہوا۔ یہ ایک ایسا خطرناک مجرم تھا کہ اگر وہ کہی سے گزر رہا ہوتا اس پر پرندے کا پر بھی گر جاتا تو وہ پاس سے گزرنے والے شخص کو صرف شک کی بنیاد پر قتل کر دیتا تھا۔ ایک دفعہ قرولی اپنی گاڑی میں کہیں سفر کر رہا تھا۔ وہ سڑک پر آ کر روکا تو پولیس کا ایک سپاہی اسکے پاس آیا اور اس نے بڑی عاجزانہ طریقے سے درخواست کی کہ سر پلیز اپنا لائسنس دکھائیے۔ قرولی نے اچانک اسکی طرف دیکھا اور ایک لفظ نہ بولا اپنی بندوق نکالی اور پولیس کانسٹبل کو گولی ماردی اور اسکو وہی ڈھیر کر دیا۔ افسر جب گولی کھا کر زمین پر گرا تو قرولی اپنی کار سے نکلا اور اس نے پولیس افسر کی جیب سے اسکی بندوق نکالی اور اسکی نعش پر ایک اور گولی چلادی اس بے رحمی اور بے دردی سے اس نے پولیس والے کو مار ڈالا۔ قرولی اپنے مطلق کہتا ہے کہ اسکے پاس ایک تھکا ماندہ شفیق دل ہے جو کسی کو تکلیف نہیں۔ اور جب اسکو سزا دی گئی تو اس نے اسے اپنی سزا نہیں بلکے اپنی جان بچانے کا اجر سمجھا۔ یہ انسان ایک ایسا رجحان رکھتا تھا جو کہتا تھا۔ یہ میرا مسئلہ نہیں، بلکہ وہ اپنے مسئلے کی ذمے داری لینے والا انسان نہیں تھا۔ وہ کسی بھی چیز کا الزام اپنے سر نہیں لیتا بلکہ قتل ہونے والے انسان کو الزام دیتا ہے کہ اس نے یہ سب کرنے پر مجبور کیا۔ آپ خود سوچے ایک انسان جو جانتا ہے کہ اس نے ایک انسان کی جان لے لی ہے مگر وہ پھر بھی اسکا الزام اپنے سر نہیں لے رہا بلکہ قتل ہونے والے کا گناہ بناتا ہے تو جو عام لوگ ہوتے ہیں جو روزمرہ زندگی کے معاملات سے گزر رہے ہوتے ہیں وہ کسی بات کا الزام اپنے سر کیوں لے گے۔ وہ تو کہیں گے میں نے ورزش نہیں کی کیونکہ جم دور تھا، میں نے دودھ میں پانی ڈالا کیونکہ کہ مہنگائی بہت ہے۔ ہم سب اپنی زندگی کے چھوٹے سے چھوٹے مسئلے کی ذمے داری بھی خود پر لینے کو تیار نہیں ہوتے۔ کبھی وسائل کا تو کبھی وقت کا رونا روتے ہیں لیکن تمنائیں بادشاہوں والی رکھتے ہیں۔ جو لوگ اپنے مسائل کی وجہ دوسروں کو جانتے ہیں اور خود پر کوئی الزام لینے کو تیار نہیں ہوتے انکی گھریلو اور ازدواجی زندگی بھی خوشحال نہیں ہوتی۔ وہ اپنے ساتھی سے کہتے ہیں کہ میں نے تم سے رشتہ توڑا کیونکہ تم نے مجھے سمجھا ہی نہیں ہم یہ کیوں بھول جاتے ہیں کہ ہم خود کو سمجھے یہ ضروری ہے بانسبت اسکے کہ دوسرے ہمکو سمجھے۔ خود کے مسائل کی ذمے داری نہ لینے والے لوگ دنیا سے اسے نہ سمجھنے کا گلہ ہمیشہ اور ہر جگہ کرتے ہیں۔ ضروری ہے کہ خود کو سمجھتے ہوئے زندگی دلچسپ اور آسان بنالی جائے۔

آپ غلط نہیں الگ ہیں

اگراس دنیامیں ایسےلوگ موجود ہیں جواپنی زندگی کی پریشانیوں کی وجہ معاشرے، دوست احباب، قبیلہ ونسل اوردیگرافرادکو مانتے ہیں اور یہ سمجھ کرکہ یہ انکا مسئلہ نہیں اور ذمے داری کا بوجھ نہیں اٹھاتے ہیں تو اسی طرح اس دنیا میں ایسے لوگ بھی موجود ہیں جو اپنے مسائل کی وجہ صرف خودو جانتے ہیں اور کہتے ہیں کہ جو کچھ ہو رہا ہے وہ انکی اپنی غلطیاں ہیں۔ان سے اگر کوئی خوش نہیں ہوتا تو ضرور انکے طرزعمل میں کہیں کوئی خرابی ہے الغرض وہ ہر بات کا الزام خود پر لیے ہوتے ہیں اور ایسے لوگ اکثر احساس کمتری کا شکار ہوجاتے ہیں۔کافی عرصہ پہلے کی بات ہے ایک کالج میں ایک لڑکا پڑھتا تھا۔اسکے کوئی دوست نہیں تھے وہ سب کوالگ تھلگ رکھتا تھا۔دوست نہ ہونے کی وجہ سے وہ خودکو پڑھائی میں مصروف رکھتااوراچھے گریڈ سے پاس ہوتا تھا۔اسکی کارکردگی پڑھائی کے لحاظ سے سب سے اچھی تھی۔ وہ کلاس میں بھی کسی سے بات نہ کرتا تھا۔ایک دن اسکے استاد نے اسکے اس رویے کوزیادہ دن محسوس کیا تو اسکواپنے آفس میں بلایااورتنہا رہنے کی وجہ پوچھی۔اس نے بتایا کہ سر مجھے دوست بنانے نہیں آتے اور مجھ میں ضرور کوئی کمی ہے جسکی وجہ سے میرا کوئی دوست نہیں بنتا۔استاد نے محسوس کیا کہ طالب علم انتہائی خود کے بارے میں غلط فہمی کا شکار ہے اور وہ خودکو دن بدن اپنی تنہائی کے ذمے داری کے بوجھ تلے دبا رہا ہے۔کچھ روز بعدایک دوسرے کالج کا ٹرپ کسی پہاڑ کی چڑھائی کے لیے جا رہا تھا۔استاد نے اس طالب علم کومشورہ دیا کہ تم کو جانا چاہیے۔اس طالب علم نے بنا یہ سوچے کہ اس ٹرپ کے گروپ میں شامل لوگ اس کے لیے بلکل انجان ہیں جانے کے لیے تیار ہوجاتا ہے۔یہ ٹرپ ایک ہفتے کا ہوتا ہے۔یہ طالب علم 40 انجان لوگوں کے ساتھ اگلی صبح بس پر سفر پر نکل پڑتا ہے۔وہ وہاں بھی اپنی کتاب کوساتھ لے جاتا ہے اور پڑھتا رہتا ہے کیونکہ اسکولگتا ہے کہ وہ اپنی تنہائی کا خود ذمے دار ہے۔جیسے ہی وہ اپنی منزل پر پہنچتے ہیں ان سب کوایک ٹاسک دیا جاتا ہے کہ پہاڑ کی ایک چوٹی پرانہوں نے مقررہ کردہ وقت پر پہنچنا ہے وہ طالب علم بہت پر جوش انداز میں اپنی چڑھائی شروع کرتا ہے اورسب سے پہلے وہاں پہنچ جاتا ہے۔ٹرپ ختم ہوجانے کے بعد جب وہ واپس اپنے استاد سے آکر ملتا ہے اوراسکی کارکردگی کی رپورٹ اسکے استاد تک پہنچ چکی ہوتی ہے تو اسکا استاد اسکو کہتا ہے کہ تم ایک بہادر، ذہین اور فراغ دل شخص ہو۔جو بنا یہ سوچے کہ وہ انجان لوگوں کے ساتھ ایک مشکل ٹارگٹ کے لیے جا رہا ہے۔اور وہاں پہاڑ کی چوٹی کوسر کرتا ہے۔تم غلط نہیں بلکہ سب سے الگ ہو اس لیے تمہاری زندگی میں تمہاری تنہائی کی ذمے داری تم پر نہیں ہے۔لہذا ہمکو یہ بھی سمجھنا چاہیے کہ ہر جگہ ہماری ذات غلط نہیں ہوتی ہے۔بس ہماری کچھ صلاحتیں دوسروں سے الگ ہوتی ہیں جو ہمکو دوسروں سے الگ بناتی ہیں۔جولوگ اپنی انفرادی اورالگ صلاحیت کونہیں پہچان سکتے وہ اپنی زندگیوں کے الگ الگ پہلوؤں کی ساری ذمے داری خود پر لے لیتے ہیں اورحقیقت پسندانہ پہلوؤں کی ذمے داری بھی ٹھیک طرح سے نبھا نہیں سکتے اور ناکام ہوجاتے ہیں۔ایسے لوگوں کے لیے سب سے قیمتی چیز خود پر بھروسہ اور یقین ہے۔

اس لیے ہم سب کے لیے جاننا ضروری ہے کہ ہم زندگی میں کس کے ذمے دار ہیں اور کس کے نہیں ہیں۔یہ وہ مسئلہ ہے جسکو ہم اپنی زندگی

کے تمام مسائل کا لیڈر کہہ سکتے ہیں ۔ہم یہ جان ہی نہیں پاتے کہ ہماری اصل ذمے داری کیا ہے ۔ایک حقیقت یہ بھی ہے کہ یہ لیڈر مسئلہ کبھی بھی مکمل طور پر حل نہیں ہوتا ہے۔مختلف واقعات میں مسلسل تعین کرنے سے ہم اس حقیقت پر پہنچ سکتے ہیں کہ کہاں ذمے داری لینی ہے۔اگر ذمے داری کا تعین مناسب اور شعوری طور پر کیا جائے تو ہم مستقبل میں بہت ساری تکلیف سے بچ جاتے ہیں ۔لیڈر مسئلے کا حل نہ نکالنے کی صورت میں ہونے والے نقصانات

☆ ۔آپ اعصابی یا کرداری خلل کی بیماری میں مبتلا ہو سکتے ہیں

☆ ۔غیر ضروری ذمے داریوں کے بوجھ تلے دب جانا

☆ ۔تباہ کن والدین بننا

☆ ۔خود کو غمزدہ کر لینا

☆ ۔دوسروں کو دکھی کر دینا

☆ ۔روحانی نشوونما کا روک جانا

مناسب اور موزوں ذمے داری اٹھانا خود میں ہی ایک خوبصورت عمل ہے جو زندگی کو خوبصورت ،دلکش اور خوشگوار بنانے کے لیے بہت ضروری ہے اور جب زندگی دلکش بنتی ہے تب ہی جینے کا اصل مزہ آتا ہے۔

آپ کا اپنا انتخاب ہے

آ پکو یہ معلوم ہونا چاہے کہ آ پکی زندگی کا ہر عمل اور ہر لمحہ آپکا اپنا انتخاب ہے اب وہ انتخاب جتنا بھی تکلیف دہ ہو لیکن ہوگا آپکا اپنا ہی ۔انسانوں میں یہ رجحان عام ہے کہ وہ ہر وقت کسی نہ کسی حوالے سے اپنے تکلیف دہ انتخاب کے دکھ کو برداشت نہ کرتے ہوئے اسکا الزام دوسروں پر ڈالنے لگتا ہے اور سمجھتا ہے جو کچھ بھی ہو رہا ہے اس میں اسکی کوئی غلطی نہیں ہے۔چلیں مثالوں سے سمجھتے ہیں۔ایک آدمی ایک دفتر میں کام کرتا تھا۔اسکے دفتر کا وقت صبح 8:30 کا ہوتا ہے۔اسکی ہمیشہ صبح یہ کوشش ہوتی کہ وہ آٹھ بجے ہی پہنچ جائے۔اتفاق سے اسکے دفتر کو دو راستے جاتے تھے۔ایک راستہ تھوڑا لمبا مگر قدرے آسان تھا۔دوسرا راستہ مشکل مگر مختصر تھا۔اس لیے وہ مختصر راستے کو چنتا اور جلدی پہنچنے کی خواہش یا انتخاب کو پورا کر لیتا تھا۔لیکن وہ دفتر میں جب پہنچتا تھا سارے لوگ مقررہ وقت پر آتے یعنی 8:30 پر اس وقت اسکے دل میں ایک عجیب سی خفگی پیدا ہوتی جاتی ۔کچھ دن تو اس نے برداشت کیا۔پھر ایک دن وہ اپنے باس کے پاس گیا اور اس نے باس کو ساری بات بتائی۔اسکے باس نے اسکو کہا کہ تم وقت سے پہلے پہنچنا چاہتے ہو یہ تمہارا اپنا انتخاب اور اپنا مسئلہ ہے اس میں دوسرا کا اپنے وقت پر آنے میں تم ان کو قصوروار نہیں بنا سکتے۔تمہارا وقت تمہارا مسئلہ۔تمہارا مسئلہ تمہاری ذمے داری اور اس ذمے داری کو تم کتنا اٹھاتے ہو کہاں اا ٹھاتے ہو تمہارا اپنا انتخاب ہے۔اس شخص نے جب باس کی بات پر غور کیا تو اسکو سمجھ آیا کہ میں اگر صبح جلدی اٹھتا ہوں، اپنے گھر سے جلدی نکلتا ہوں اور دفتر آنے کے لیے مشکل لیکن مختصر راستہ چنتا ہوں تو یہ میرا اپنا انتخاب ہے اور دوسروں کی طرح پورے وقت پر آنے پر میں بھی آزاد ہوں لہذا اس نے اپنے طرز زندگی کو بدلنے کی بجائے اپنے رویے کو بدل لیا اور اسکا مسئلہ حل ہو گیا۔ہم جو بھی انتخاب کرتے ہین اسکے نتیجے کے ذمے دار بھی ہم خود ہوتے ہیں ۔ایک اور مثال کو لیتے ہیں۔ایک ایف ایس سی کا طالب علم ہے اس نے ایف ایس سی میں اچھے نمبرز لیے ہیں مگر طالب علم آگے میڈیکل کرنے کو تیار نہیں وہ بزنس سٹڈی کرنا چاہتا ہے۔لیکن اسکے والدین اچھے سکوپ کی خاطر بچے پر زور دیتے ہیں کہ وہ میڈیکل ہی پڑھے۔طالب علم میڈیکل میں داخلہ لے لیتا ہے اور جب کوئی اس سے پوچھتا ہے کہ تم میڈیکل کیوں پڑھ رہے ہو تو کہتا ہے والدین کا انتخاب تھا۔لیکن آپ یہ سن کر حیران ہو گے کہ دراصل یہ اسکے ماں باپ کا نہیں اسکا اپنا انتخاب ہوتا ہے ہاں اسکو ہم تکلیف دہ انتخاب ضرور کہہ سکتے ہیں۔ذرا غور کریں۔جب والدین نے اسکو میڈیکل پڑھنے کو کہا تھا تو اسکے پاس صرف پڑھنے والا آپشن نہیں تھا۔وہ اپنے والدین کو اپنے پیشن کے متعلق دلائل دیتا۔اپنے پیشن سے محبت کا احساس دلاتا۔انکو یہ سمجھانے کی کوشش کرتا کہ وہ میڈیکل پڑھ کر خوش نہیں رہ سکے گا۔اگر یہ سب کرنے میں اسکو تھوڑا وقت درکار تھا تو وقت لیتا۔یہ یقین رکھتا کہ ایک دن وہ ضرور سمجھ جائے گے۔لیکن اس نے اس کا انتخاب نہ کرکے میڈیکل پڑھنے کا انتخاب کیا۔تو میڈیکل پڑھنا اسکا انتخاب تھا اسے والدین کا نہیں۔آپ سب لوگ زندگی کو جو لمحہ جی رہے یہ آپ کا اپنا انتخاب ہے ہاں یہ سچ ہے کچھ چیزیں انسان کے اختیار سے باہر ہیں۔مگر جو اختیار میں اس میں کیئے گئے انتخابات آپکے اپنے ہوتے ہیں۔مثال کے طور پر ایک ہندو کے گھر پیدا ہونا آپکا انتخاب نہیں ہے مگر پوری زندگی ہندو رہنا آپ کا اپنا

انتخاب ہے ۔آپ اپنی زندگی کومختلف انداز میں گزارنے اوراپنی ترجیحات کوترتیب دینے میں آزاد ہیں ۔اس لیے کسی بھی معاملے سے متعلق آپکواپنا طرز زندگی بدلنا ہے یا اپنا رویہ بدلنا ہے یہ آپکا اپنا انتخاب ہے۔جب ہم دوسروں سے خود سے مختلف انتخاب پر ناراض ہوتے ہیں تو دراصل ہم خود کے انتخاب کو غلط کہہ رہے ہوتے ہیں۔ہم دوسروں پر یہ ظاہر کررہے ہوتے ہیں کہ ہم میں بہتر انتخاب کی قوت نہیں ہے ۔اسکا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ دوسرے ٹھیک اور آپ غلط ہو بلکہ آپ دوسروں سے الگ ہو۔اپکے انتخابات دوسروں سے الگ ہیں ۔ہاں آپ دوسروں کو یہ بتا کے مدد کر سکتے ہیں ایک مشورے کے طور پر کہ اس کو کیسے انتخاب کرنا چاہئیں مگر کبھی دوسروں کے انتخاب کو غلط مت بولے اور یہ نہ بولے کہ جوانتخاب آپکا ہے وہ دوسرے کا بھی ہو۔

ہماری زندگی میں سب سے مشکل کام اپنے انتخابات کی تکلیف سے ہونے والے دکھ کے حالات پر قائم رہنا اور یہ ذمے داری لے لینا کہ مجھے اسی تکلیف میں رہنا ہے یا اس تکلیف سے باہر نکلنا ہے۔لیکن جب ہم اس تکلیف کے دکھ کو برداشت نہیں کررہے ہوتے تو تب ہم دوسروں سے گلے شکوے شروع کر دیتے ہیں ۔جس ہماری گھریلو،معاشی ،سماجی اور معاشرتی زندگی تباہ ہوکر رہ جاتی ہے ۔کیونکہ گلہ شکوہ کرنے کا مطلب ہے دوسرے کو اپنی آزادی دے دینا۔مطلب خود کی آزادی سے فرار لے لینا۔کیوں کہا جاتا ہے کہ انسان اپنے مقدر کو بدل سکتا ہے ۔کیونکہ خدا نے اسکو آزاد پیدا کیا ہے۔ہم نے اس آزادی کا مطلب صرف دنیا سے بادشاہی نظام حکومت کا خاتمہ لے لیا ہے ۔نہیں پیارے دوستوں ۔یہ آزادی ہے اپنے مقدر کو بدلنے کی آزادی ،یہ آزادی ہے خیالات کی آزادی ،اس دنیا میں موجود وقت کو اپنی مرضی سے گزارنے کی آزادی ،آپ اپنے وقت تعمیری کاموں میں یا تخریبی کاموں میں گزارنا چاہتے ہیں یہ آپکا اپنا انتخاب ہوگا۔اس دنیا میں جولوگ کامیاب ہوئے وہ اس حقیقت کو پہچان چکے تھے کہ اس دنیا کا کوئی انسان ان کو ناکام نہیں کرسکتا اور نہ ہی کامیاب کرسکتا ہے ۔جب انہوں نے اس حقیقت کو جان لیا تو انہوں نے جینے کا اصل طریقہ سمجھ لیا۔انہوں نے خوشگوار زندگی کا مطلب دکھ،تکلیف اور مسائل سے آزادی نہیں لیا۔ بلکہ انکو کامیابی کی سیڑھی سمجھا۔آج آپ جہاں وہاں پر خود پر غور کریں اگر آپ سمجھتے ہیں کہ جوانتخاب آپ نے کیا ہے وہ تکلیف دہ ہے اور اس وقت آپکو دکھ دے رہا۔لیکن وہ انتخاب آپکے مقصد کے لیے ضروری ہے اور آپ نے کس کر کمر باندھ لی اور بنا کسی پر الزام لگائے آگے بڑھ رہے تو یہ جان لے آپ نے جینے کا طریقہ حاصل کرلیا۔

خود کو کھونے سے بچالو

زندگی الجھنوں سے بھری ہے مگر اسکے باوجود بھی یہ خوبصورت ہوسکتی ہے اگر ہم کچھ سچائیوں اور حقیقتوں کی واضح حقیقت کو مان لے ۔ہم مسائل سے تب تک دور بھاگتے رہتے ہیں جب تک ہم خود کو سچائی کے سپرد نہیں کر دیتے ہیں ۔ہم جب پیدا ہوتے ہیں تو کہا جاتا ہے بچے کا دماغ ایک کورے کاغذ کی طرح ہوتا ہے معاشرہ، ہمارا ارد گرد کا ماحول اور ہمارے نگران اپنی قلم سے جو چاہے اس پر لکھ دے ۔ پھر بچہ دنیا کا جس سوچ ،طریقے اور نقطہ نظر سے مشاہدہ کرتا ہے اسکے پیچھے وہ نقشے ہوتے ہیں جو ابتدائی قلم سے لکھے جاتے ہیں ۔ہم جیسے جیسے بڑے ہوتے ہیں یہ نقشے بھی ہمارے ساتھ بڑے ہوجاتے ہیں ۔کافی عرصہ پہلے کی بات ہے یونیورسٹی کی ایک تقریب میں میری ملاقات ایک ایسے طالب علم سے ہوئی جو اگلے مہینے آنے والی کنویکشن میں پاس آؤٹ ہونے والا تھا۔ ہمارے گروپ نے اس سے پوچھا کہ ڈگری لینے کا بعد تمہارا کیا بننے کا ارادہ ہے اس نے ایک بڑا عجیب سا جواب دیا۔،، میں پیسے کمانے کی مشین بننا چاہتا ہوں ،، میں اسکا جواب سن کر بہت حیران ہوئی اور اسی حیرانی کو دور کرنے کے لیے اس سے سوال کیا کہ تم ایسا کیوں بننا چاہتے ہو۔تو اس نے جواب دیا کہ اس دنیا میں سب سے ضروری چیز پیسہ ہے اگر تمہارے پاس پیسہ نہیں ہے تو تم زندگی کی ہر خوشی سے محروم ہو۔ مجھے اس کے اس جواب پر بے حد حیرانی ہوئی مگر میں اسکے جواب دینے کے اعتماد سے سمجھ چکی تھی اسکا یہ نظریہ کہ زندگی میں پیسہ ہی سب کچھ ہے اسکا ایک پختہ نقشہ بن چکا ہے جو اسکو اسکے بچپن سے ملا ہے اور اس نقشے کے پیچھے ضرور کوئی ایسا واقع موجود ہے جس نے اسکے اس نقشے کو مکمل واضح کر دیا ہے۔ میں نے اسکے ساتھ تھوڑا وقت اور گزارنا کارآمد سمجھا میں نے تقریب کا آدھا وقت اس سے بات کر کے یہ جاننے کی کوشش کی کہ اسکے اس پختہ نقشے کے پیچھے کونسا واقع تحریک کا باعث ہے تو اس نے بتایا کہ وہ بہت چھوٹا تھا جب اسکے والد کی وفات ہوگئی ۔اسکی ماں اور اسے اسکے چاچو نے گھر سے نکال دیا کہ ان سے ہمارے اخراجات نہیں اٹھائے جاتے ۔میں نے اور میری ماں نے صرف پیسے کی کمی کی وجہ سے دنیا میں قدم قدم پر ٹھوکریں کھائیں ۔تب سے مجھے سمجھ آ گیا تھا کہ اس دنیا میں سب سے ضروری چیز پیسہ ہے ۔یہ تھا اسکا دنیا کو دیکھنے کا نظریہ۔اس دنیا میں کھربوں لوگ ہیں اور ہر ایک کا اس دنیا کو دیکھنے کا اپنا ہی نظریہ ہے۔ خیر آپکو یہ تو سمجھ آ گئی ہوگی نقشہ کیا ہوتا ہے اور اب آپ خود کا جائزہ لے کہ آپکے نقوش کیا کیا ہیں۔

واضح نقشہ کتنا ضروری ہے

اس دنیا میں قدم قدم پر ہم عمل کرنے کے لیے فیصلے کرتے ہیں اور یہ فیصلے ہم تب کر سکتے ہیں جب دنیا کی حقیقت کو قریب سے جان لیتے ہیں ۔اور جب ہم دنیا کی اصل کو جان لیتے ہیں تو ہم ذہنی اور روحانی طور پر اتنے مضبوط ہوجاتے ہیں کہ ہم پر اعتماد فیصلے کرنے لگتے ہیں ۔لیکن اگر ہم پر دنیا کی سچائی واضح نہیں ہو پاتی تو ہم درست فیصلہ کرنے سے ہمیشہ قاصر رہتے ہیں ۔اس وجہ سے ہم کو آج دنیا میں اکثر لوگ مایوس، پریشان اور غلط فہمی میں مبتلا نظر آتا ہے۔ کیونکہ ہم سب میں جو نظریہ عام ہے وہ یہ کہ دنیا ظالم ہے۔اس نقشے کو ہم نے خود میں اتنا پختہ

کرلیاہے کہ ہم دنیا کی سچائی سے بہت دور جا چکے ہیں،اسی وجہ سے ہم کو ہر شخص ظالم،خودغرض اور دھوکے باز دکھائی دیتا ہے۔جسکی وجہ سے ہم سب کی کوشش ہوتی ہے کہ ہم صرف اپنا بچاؤ کریں۔کیونکہ ہم دنیا کا اچھا سوچ بھی لے دنیا ہمارا اچھا نہیں سوچے گی۔وہ صرف اپنا مطلب نکالے گی۔اسی وجہ سے ہم لوگ انصاف کے طلب گار تو ہوتے ہیں مگر انصاف کے لیے لڑتے نہیں ہیں،اصول بناتے ہیں مگر اصولوں کی قدر نہیں کرتے ہم سمجھتے ہیں کہ یہ اصول ہمارے لیے نہیں صرف دوسروں کے لیے ہوتے ہیں۔ہم سمجھتے ہیں محبت کی ضرورت صرف ہمکو ہے دوسروں کو نہیں ہے اس لیے محبت لینے کی بات بھی کرئے گے شکائت بھی کرئے گے لیکن کبھی محبت دینے کی بات نہیں کریں گے۔اس لیے آج بے چینی بڑھ چکی ہے کیونکہ اس بے چینی کو ختم کرنے کے لیے صرف انصاف کا طلب گار رہنا ضروری نہیں لڑنا ضروری ہے اور یہ یقین رکھنا کہ دنیا اچھے برے لوگوں دونوں کی پناہ گاہ ہے۔یہ بے چینی یہ مان کر ختم ہوگی کی اصول وقوانین سب کے لیے ہیں اور آپ ان پر عمل کرنے کا آپکا حصہ مقرر ہے پہلے آپ اپنے حصے کا عمل تو کرئے۔یہ بے چینی تب جا کر اختیتام پر پہنچے گی جب محبت لینا نہیں دینا ضروری لگے گا۔اس لیے نقوش کا صرف واضح ہونا ضروری نہیں بلکہ درست ہونا بھی ضروری ہوتا ہے۔نقشے کا واضح اور درست ہونا ہی ہم کو بتاتا ہے کہ ہم کیا ہے اور ہماری منزل کیا ہے۔ہمارے واضح اور درست نقشے ہمکو کھونے سے بچالیتے ہیں یا یوں کہہ لے کے یہ ہماری زندگی کو آسان بنانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں بشرطیکہ کہ ہم ان نقوش کو نئ معلومات،تبدیلی اور تجدید کا پانی دے کر انکی نشو ونما کرتے رہے۔

نظریات میں تبدیلی کتنی ضروری ہے

جو کہ ہم سب اکثر آسان راستہ چاہتے ہیں اس لیے ہم خود میں یہ نظریہ پختہ کر کے کہ دنیا میں انصاف نہیں ملتا اپنے معاملات کو رشوت دے کر اور انصاف کے لیے لڑنے والے ٹھیک،طویل اور مشکل راستے بچالیتے ہیں۔اور خود کو ٹھیک ثابت کرنے کے لیے کہ ہم نے ٹھیک راستہ چنا اور یہی چنا چاہے تھا یہ نقشہ اور پختہ کر لیتے ہیں کہ دنیا واقع ہی ظالم ہے اور جب کوئی ہمارے اس نظریے کو تبدیل کرنے کی کوشش کرتا ہے اور حقیقت دکھانے کی کوشش کرتا ہے تو ہم کو اذیت محسوس ہوتی ہے اس لیے ہم اس اذیت سے بچنے کے لیے حقیقت سے دور بھاگتے ہیں ۔جب ہم ایسا کرتے ہیں تو ہم نئ معلومات کو قبول کرنے سے انکار کر دیتے ہیں۔نئ معلومات سے انکار کا مطلب ہے تبدیلی سے انکار کرنا ۔جب لوگ نئ معلومات حاصل نہیں کرتے تو تبدیلی کا عمل رک جاتا ہے جب تبدیلی کا عمل روکتا ہے تو معاشرہ حقیقت سے دور ہو جاتا ہے اور جب حقیقت سے دوری ہوتی ہے تو اکثر تباہی کے مناظر دیکھنے کو ملتے ہیں۔ہم میں سے اکثر لوگ اپنے بچپن میں ملنے والے نظریات کو درست مان لیتے ہیں اور آنے والی نئ معلومات کو سمجھنا یا اس پر وقت دینا غلط سمجھتے ہیں۔اگر نظریات میں تبدیلی ممکن یا ضروری نہ ہوتی تو آج اسلام انتہائی پختہ نظریات کو توڑ کر آج پوری دنیا پر ایک کامل دین کے طور پر نہ ابھر نظر آتا۔ہمکو ماننا ہوگا کہ تبدیلی اس کائنات کا حسن ہے اور اس حسن کا برقرار رکھنے کی ہمکو کوشش کرنی ہے تاکہ ہم اپنی زندگیوں کو آسان اور خوبصورت اور حسن سے بھرپور بنا سکے۔ہمارا آج کا نوجوان نئ معلومات کو صرف ٹیکنالوجی تک ہی محدود رکھے ہوئے ہے۔سماجی،معاشرتی،معاشی غرض کہ زندگی کے ہر پہلو میں تبدیلی کارفرما ہورہی ہے۔ہوسکتا ہے کچھ معلومات پہلے سے موجود ہو مگر ہماری نئ معلومات سے دلچسپی نہ ہونے کی وجہ سے ہماری ان تک پہنچ نہ ہو۔اسرار

حقیقت کی تلاش زندگی کو دلچسپ بناتی ہے۔بس ہمکونئ معلومات حاصل کرنے اور انکو قبول کرنے کا رویہ ہونا چاہیے۔اس دنیا میں بے چینی اور بے سکونی اسی وجی سے بڑھ رہی ہے کہ ہم پوری دنیا اپنے مطابق کرنا چاہتے ہیں۔ہم نے جو نظریات بنا لیے ہیں ان میں تبدیلی کو ہم خود کی بے عزتی سمجھتے ہیں۔اس لیے ہم اکثر اپنے غلط اور نامکمل نظریات کو ٹھیک سمجھ کر نئ معلومات کے مقابلے میں اسکا دفاع کر رہے ہوتے ہیں۔ہم کو زندگی کی ہر شعبے میں جس سے بھی ہمارا تعلق ہے چاہے وہ استاد، ڈاکٹر، وکیل، بزنس مین یہاں تک کہ ایک گھر کو چلانے والی خاتون کو بھی، دادا جی، دادی جی، والد صاحب کو بھی اپنے بنائے نقوش کو بھی بدلتے ہوئے وقت کے ساتھ تبدیلی کی ضرورت ہے۔اکثر افراد کی گھریلو زندگی نقوش میں تبدیلی کی گنجائش نہ رکھنے کی وجہ سے مشکلات کا شکار ہو جاتی ہے۔آپ جب ایک علاقے میں کچھ عرصہ گزارتے ہیں پھر کچھ عرصے کے لیے آپ کہیں اور کسی دوسرے شہر چلے جاتے ہیں جب واپس آتے ہیں تو پہلے والے علاقے میں کچھ تبدیلیاں دیکھتے ہیں۔جیسے نئ نئ عمارات کا بن جانا تو آپ کہتے ہیں اس جگہ نے کافی ترقی کر لی ہے اور یہ ترقی تبدیلی کی وجہ سے رونما ہوئی اس لیے ہم بنا تبدیلی کو قبول کیے اندرونی اور بیرونی طور پر ترقی نہیں کر سکتے۔جینے کا انتہائی خوبصورت طریقہ اسرار حقیقت کی تلاش ہے۔

اس باب میں ہم نے کیا سیکھا

☆۔مسائل زندگی کی حقیقت ہیں اور اس حقیقت کو ہم جھٹلا نہیں سکتے

☆۔زندگی میں مسائل کی موجودگی جینے کی وجہ یا لطف کو ختم کرنے کی طاقت نہیں رکھتے ایسا تب ہوتا ہے جب ہم ان کو قبول نہیں کرتے اور حل کرنے کی کوشش نہیں کرتے

☆۔بہتر تربیت کا تعلق تعلیم یافتہ والدین سے نہیں محبت کرنے والے والدین سے ہوتا ہے تعلیم انسان کے اندر محبت کا شعور پیدا کرتی ہے انسانی روح زندگی زندگی کے نشیب و فراز کو تب ہی قبول کرتی ہے جب وہ بچپن سے قابل قدر ہونے کا احساس، خود ضبطی اور مضبوطی کو لے کر بڑی ہوتی ہے

☆۔اذیت والا لمحہ تب ہی ختم ہوتا ہے جب ہم اس پر اپنا وقت دل جمی سے خرچ کرتے ہیں

☆۔احساس ذمے داری تب ختم ہو جاتا ہے جب ہم اپنے دکھوں کیوجہ دوسروں کو بناتے ہیں۔یہ زندگی آپکی ہے اسکو مشکل بنانا یا آسان بنانا آپکے اپنے ہاتھ میں ہے

☆۔زندگی کے بہت سارے معاملات میں آپ غلط نہیں دوسروں سے الگ ہوتے ہیں۔

☆۔زندگی میں مجبوری نام کی کوئی چیز نہیں ہے ہر لمحہ آپکا اپنا انتخاب ہوتا ہے۔چاہیے وہ انتخاب کتنا ہی تکلیف دہ ہو

☆۔جب آپ اپنے نظریات کو واضح اور ان میں تجدید کی گنجائش اور ضرورت رکھتے ہیں تب ہی آپ خود کو زندگی کی الجھنوں سے بچا سکتے ہی

باب نمبر۲

ہم زندگی کو زندگی دے سکتے ہیں اگر ہم ماننے یا نہ ماننے میں لچکدار بن جائے کیونکہ ہمارا غیر لچکدار ہونا ہی زندگی سے دوری ہے

جڑ تو لگ چکی ہے

،،نیکی کوئی زمانہ نہیں ہے جو بیت جائے یہ تو بس ٹھہر کر چلنے والا عمل ہے جو جب بھی ہوتا ہے ایک مضبوط بنیاد دیتا ہے،،

آج ہم ہر کسی کی زبان سے ایک ہی بات سنتے ہیں کہ اس دنیا میں اچھائی ختم ہو چکی ہے اور بس برائی ہی رہ گئی ہے اگر ہم سوچے تو اچھائی اور برائی کی ابتدا کب ہوئی یہ یقیناً ایک ساتھ پیدا ہوئی تھی اور انسان کی پیدائش کے ساتھ ہی انکی بھی پیدائش ہو گئی تھی۔ان دونوں نے انسان کے ساتھ ساتھ ہی پروان چڑھنا شروع کر دیا تھا۔لیکن اگر ہم ماضی پر نظر ڈالے تو ہمکو ظلم ، برائی اور بدی سے بھرپور واقعات کی ایک لمبی فہرست ملتی ہے بنسبت اچھائی پر مبنی واقعات کے۔اسکی وجہ یہ ہے کہ انسان نے برائی کی زیادہ نشوونما کی اور نیکی کی کم نشوونما کی۔انسان، نیکی اور برائی یہ تینوں ایک قدرتی عمل ہیں اور یہ قدرت کا قانون ہے کہ ایک قدرتی عمل دوسرے قدرتی عمل کو ختم نہیں کر سکتا ہے۔برائی انسان کو بنا سکتی ہے لیکن انسان برائی کو نہیں بنا سکتا ہے اور نہ ہی اسکو مکمل طور پر ختم کر سکتا ہے بلکل اسی طرح اچھائی انسان کو بنا سکتی لیکن انسان اچھائی کو بنا یا ختم نہیں کر سکتا۔اچھائی اور برائی کی نشوونما کا ذمے دار انسان ہے۔مگر اسکی پیدائش انسان کے ذریعے ممکن نہیں ہے۔اگر اچھائی اور برائی نے ایک ہی وقت پر سفر شروع کیا تھا جو کہ برائی کی رفتار زیادہ تھی تو ابھی تک برائی کا زمانہ نہیں ہونا چاہے تھا اگر اچھائی نے تیز رفتار پکڑی ہی نہیں تو اسکا زمانہ گزر کیسے گیا۔کہیں ایسا تو نہیں ہم بنا تحقیق کئے نتائج پر پہنچنے کا رویہ رکھتے ہیں۔نیکی اپنا سفر آہستہ آہستہ تہہ کر رہی ہے کیونکہ جو چیز ٹھہر ٹھہر کر پیدا ہوتی ہے اس میں جتنا وقت لگتا ہے اتنی ہی وہ پائیدار ہوتی ہے۔جو کہ ماضی میں نیک لوگوں کی موجودگی اس بات کا سب سے بڑا ثبوت ہے کہ نیکی کا عمل شروع ہو چکا ہے اور یہ آہستہ آہستہ اپنی جڑیں مضبوط کر رہا ہے۔نیکی کے زمانے کو دیکھنے کے لیے آپکو اپنی بصیرت کی نگاہ سے دیکھنا ہوگا۔وہ بصیرت نہیں جس سے دنیا نظر آ رہی ہے بلکہ وہ بصیرت جو دنیا کا دوسرا رخ دکھانے کی صلاحیت رکھتی ہے اور دوسرے رخ پر نیکی موجود ہے۔اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ دوسرے رخ پر موجود نیکی کو کیسے دیکھا جائے۔اس کے لیے ایک گہرے مزاج والی آگاہی اور شعور کی ضرورت ہے جو تب پیدا ہوگا جب موجودہ دور کو اچھا یا برا کہیں بغیر تحقیق کرئے گے۔ہم نے اپنے اپنے تجربات کی بنیاد پر یہ فیصلہ کر لیا ہے کہ نیکی کا زمانہ بیت چکا ہے۔میں یہ نہیں کہتی کہ سچائی کی تلاش کے لیے آپکے اپنے تجربے کا ہونا ضروری نہیں لیکن وہ تجربات پہلے سے طے شدہ نتیجے پر مبنی نہ ہو۔کیونکہ کہ اگر ہم یہ نظریہ بنا چکے ہیں کہ نیکی موجود ہی نہیں اچھائی موجود نہیں ہے تو ہم اپنے تعلقات میں دوسرے انسان کو مطلبی ہی مانتے رہے گے اور خود بھی اسکے ساتھ مطلبی ہی چلے گے۔اپنے معاملات میں خوفزدہ رہے گے کہ ہمارے معاملات کبھی ٹھیک نہیں ہو سکتے ہیں۔سب سے پہلے تو ہمکو یہ یقین کرنا ہوگا کہ نیکی اور اچھائی کا ختم ہونا ناممکن بات ہے

جب ہم یہ یقین کر لے گے تو ہم نیکی کی تلاش کے لیے تعلقات کو مضبوط اور معاملات میں بے خوف ہو جائے گے ۔اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ نیکی کم اور برائی زیادہ کیوں دکھائی دیتی ہے ۔کیونکہ یہ زمانہ افراتفری اور بوکھلاہٹ کا زمانہ ہے ہر انسان آپکو کسی نہ کسی حوالے سے گھبراہٹ میں دکھائی دے گا بظاہر پرسکون نظر آنے والے انسان کو بھی آپ تھوڑی سی گفتگو کے بعد جب دیکھے گے تو اسکے اندر سے زندگی سے خوف اور گھبراہٹ کے لاوے پھوٹ رہے ہو گے ایسا کیوں ہے ۔کیونکہ نیکی اپنی جڑیں مضبوط کر رہی ہے ۔انسان ذہنی دنیا سے نکل کر روحانی دنیا کی جانب سفر کرنے کی ٹرین تلاش کر رہا ہے ۔ہم سب کے اندر یہ بے چینی اس بات کا ثبوت ہے کہ ہم بڑی بڑی بلڈنگز بنا کر بھی خود کو بڑا نہیں کر سکے ،جدید سے جدید ٹیکنالوجی کے آجانے اور سوشل میڈیا پر آسان روابط قائم کر کے بھی تنہائیاں دور نہیں کر سکے ،اپنے بینک بیلنس کو بھر کر بھی اصل طاقت حاصل نہیں کر سکے وہ طاقت جو ہماری تنہائیوں کو خوف سے آزاد کر سکے وہ طاقت نہیں حاصل کر سکے ۔بڑی سے بڑی ڈگریز پاس کرنے کے بعد اور اچھے گریڈز لینے کے بعد بھی علم والے نہیں بن سکے ۔تو اب انسان ایک ایسا طریقہ چاہتا ہے جس میں وہ یہ سب حاصل کر لے ۔آپ نے کبھی سوچا ہے کہ اگر نیکی کا راستہ پہلے سے طے کر دیا گیا تو آپکو صرف وہ راستہ اپنے دماغ میں بھرنے کی ضرورت ہے اسی راستے پر چلتے جائے خدا مل جائے گا ۔لیکن پھر خدا کی تلاش کیسے ممکن ہو گی پھر کیوں ہزار سجدے کرنے کے بعد بھی ہم عشق والے سجدے کو نہیں ڈھونڈھ پاتے ۔جبکہ نماز تو ہم سب کو یاد ہے ہم جانتے ہیں قیام میں کیا پڑھنا ہے ،رکوع کیسے کرنا ہے ،سجدے میں کیا پڑھنا ہے ۔

نیکی کی محتاجی کو ختم کرو

برائی اس لیے لامحدود ہو گئی ہے کیونکہ ہم نے نیکی کو محدود کر دیا ہے مطلب ہم نے نیکی کے ذرائع کو محدود کر دیا ہے ہم نے نیکی کو محتاج بنا دیا ہے ۔نیکی مسجدوں کی محتاج نہیں ،یہ دیگوں کی محتاج نہیں ،یہ حج کی محتاج نہیں ،یہ زکوۃ اور صدقہ خیرات کی محتاج نہیں ،یہ اخلاقیات اور میٹھی زبان کی محتاج نہیں ،یہ محبتوں کی محتاج نہیں ہے یہ تو وہ تمام ذرائع ہیں جو تمکو جنت کا راستہ بتاتے ہیں ۔خدا سے محبت کا راستہ کونسا ہے کبھی سوچا آپ نے ۔نیکی سچائی کی محتاج ہے یہ اصل حقیقت کی محتاج ہے اور یہ اصل حقیقت اور سچائی تمکو تمہارے اپنے اندر سے ہی مل سکتی ہے ۔اسکی تلاش تمہارے اپنے ہی علاقے میں دفن ہے اور وہ علاقہ ہے تمہارا باطن ۔اس وقت دنیا دو طبقوں میں بٹ چکی ہے ایک وہ جو آخرت سے خوفزدہ ہو کر نیکی کا راستہ اپنائے ہوئے ہے وہ راستہ جو پہلے سے طے شدہ ہے دوسرا طبقہ وہ ہے جو آخرت پر یقین رکھتا ہے مگر بظاہر پہلے سے طے شدہ نیکی کے راستے پر دکھائی نہیں دیتا یہ طبقہ جانتا ہے کہ نماز پڑھنا فرض ہے لیکن یہ نماز میں کوتاہی کرتا ہے ۔اب پہلا طبقہ اس دوسرے طبقے کو گناہ گار کہتا ہے لیکن کیا نیکی یہ ہے کہ ہم دوسرے کو بتائے کے کہ وہ گناہ گار ہے لیکن ہم یہ کیسے طے کر سکتے ہیں کون گناہ گار اور کون نیک ہے ۔کیا ہم سب نے نیکی کو محتاج نہیں بنا دیا ۔ہم نے اسکو مفلوج نہیں بنا دیا ہے ۔دنیا میں زیادہ برائی کا موجود ہونا اس بات کا ثبوت ہے کہ نیکی کسی پہلے سے طے شدہ راستے کی محتاج نہیں ہے ۔اسکی تلاش جتنی مشکل ہے اسکا وجود اتنا ہی بڑا اور عظیم ہے ۔نیکی کی محتاجی کو ختم کرنے کا مطلب یہ نہیں ہے کہ نماز ادا نہ کی جائے ،یا زکوۃ اور صدقہ خیرات کرنے سے نیکی حاصل نہیں ہوتی ہے یہ سب بھی نیکی کے

کو ذرائع ہیں لیکن نیکی صرف اس تک محدود نہیں ہے۔ نیکی کی تلاش سچ کی تلاش ہے اور سچ کی تلاش رب کی تلاش ہے جو اتنی آسان نہیں ہے کہ اپنی زندگی میں کچھ عبادات کو اپنا لینے سے حاصل ہو جائے گی۔ نیکی درد کو محسوس کرنے کا نام ہے اور درد محسوس تب ہوتا ہے جب گھاؤ لگا ہو اور پھر ہی کسی دوسرے کے درد کا احساس ہو پاتا ہے جب خود پر گزری ہو۔ بہت خوش قسمت اور خدا کے محبوب لوگ وہ ہوتے ہیں جو زخم لگنے سے پہلے کسی دوسرے کے زخم کا درد محسوس کر لے۔ نیکی کو خطرہ برائی سے نہیں بلکہ نیکی کے محدود ذرائع سے ہے مسجدوں اور مندروں اور چرچ اور گردوارے میں صرف عبادات ملتی ہیں لیکن نیکی زمانے کے مسائل، ٹھوکروں اور تکلیفوں میں مبتلا انسانوں کے درد کو ہلکا کرنے سے ملتی ہے۔ عبادات سے تو جنت ملتی ہے اچھائی اور نیکی سے خدا ملتا ہے۔

تخلیقیت کیسے ممکن ہے

وہ کام جسکو کرنے کے بعد آپکو اپنے اندر ایک خوشگوار تبدیلی کا احساس ہو آپکو لگے کہ آپ نے اچانک سے ایک ایسا فاصلہ طے کر لیا ہے جسکے طے ہونے میں وقت کو مشقت نہیں کرنا پڑی اور آپکو ترقی کا احساس ہو۔ آپکو روحانی بڑھوتری کی کیفیت طاری ہوتی محسوس ہو۔ جس کام کو کرنے کے لیے خوش دلی اور محبت کی ضرورت پڑے اور آپ خود کو کسی مادی انعام کے لالچ سے آزاد سمجھو تو جان لو تم تخلیقیت کی راہ پر ہو۔ تخلیقی مزاج آج کے دور کی اہم ضرورت بن چکا ہے کیونکہ لوگ نفسیات سے روحانیت کا سفر طے کر رہے ہیں وہ لگے بندھے راستے پر یا پہلے سے دریافت شدہ راستے پر چلنے کو اپنے لیے عذاب جاننے لگے ہیں۔ اس میں کوئی شک نہیں ہے کہ آپکو ہر جگہ لکیر کے فقیر ملے گے مگر ان میں ایسے بہت قلیل تعداد میں ہوگے جو اپنے راستے کی تلاش میں ہوگے۔ مگر اپنے اپنے راستے کی تلاش کی خواہش ہر ایک میں موجود ہے لیکن اس پر چلنے کی ہمت بہت کم لوگوں میں ہے۔

تخلیق کار کون ہو سکتا ہے

ہماری محدود سوچ نے تخلیقیت کے دائرہ کار کو بھی محدود کر کے رکھ دیا ہے ہم سمجھتے ہیں کہ فنون لطیفہ سے تعلق رکھنے والے لوگ ہی تخلیق کار کہلاتے ہیں۔ جب تک آپ اس حقیقت کو نہیں جانے گے کہ تخلیقیت کا تعلق کسی ایک خاص شعبے سے نہیں بلکہ انسانی فطرت سے ہے۔ انسان پیدائش سے ہی تخلیقی ہوتا ہے یہ الگ بات ہے کہ وہ معاشرے کے ہجوم میں شامل ہو کر اپنی اس صلاحیت کو استعمال نہیں کرتا یا کرنے کا طریقہ نہیں جانتا۔ آپکو یہ علم ہونا چاہئیں کہ ہر شخص تخلیقی ہے۔ ہمارے اندر سے تخلیقت اس دن دم توڑ جاتی ہے جب ہم خوف میں آتے ہیں اور جھوٹے تحفظ کا سہارا لیتے ہیں۔ جب ہماری یہ ضرورت پروان چڑتی ہے کہ ہم کبھی جاہل نظر نہ آئے۔ جب ہم اس بات سے ڈرتے ہیں کہ ہم جانتے ہیں کہ ہم نہیں جانتے مگر پھر بھی ہم یہ ماننے کو تیار نہیں ہوتے کہ ہم نہیں جانتے۔ ہم چیزوں کو اپنی نظر سے نہیں

دوسروں کی نظر سے دیکھ رہے ہوتے ہیں ہم وہ کر رہے ہوتے ہیں جو دوسروں کو پسند ہوتا ہے جسکے ٹھیک اور غلط ہونے کا نتیجہ دوسرے پہلے نکال چکے ہوتے ہیں اس لیے ہمکو وہی کرنا ہوتا ہے جو دوسروں کو ٹھیک لگتا ہے ہم اپنے دیکھنے کے انداز اور رویے سے بے خبر ہو چکے ہوتے ہیں۔ہم وہی دیکھتے ہیں جو پہلے سے موجود ہے لیکن تخلیق کار انسان اچھے سے جانتا ہے کہ کچھ الگ بھی ہوسکتا کچھ نیا بھی ہوسکتا ہے۔آپ اگر تخلیقی ہے تو آپ اپنے ہر کام کو تخلیقی بنا سکتے ہیں بشرطیکہ آپ یہ رویہ رکھے کہ کسی چیز کو کرنے کا آپکا ایک اپنا انوکھا طریقہ ہو۔مثال کے طور پر ایک ڈش ہے جسکو بنانے کا طریقہ آپ نے اپنی والدہ سے لیا ہے آپ اسکو آج تک اسی طریقے سے بناتے آئے ہو یا بناتی آئی ہو۔لیکن اچانک آپکو خیال آتا ہے کہ یہ ڈش کچھ دوسرے اجزا شامل کرنے سے بھی زیادہ مزیدار ہوسکتی ہے تو آپ نے اس ڈش کو ایک تخلیقی بنا دیا ۔اس لیے آپ اپنے ہر چھوٹے سے چھوٹے سے اور ہر بڑے سے بڑے کام کو تخلیقی بنا سکتے ہیں مگر اسکے لیے کچھ شرائط ہیں جن پر آپکو پورا اترنا ہوگا تب ہی آپ اپنی تخلیقیت کو اپنی قید سے رہا کر کے اسکا اظہار کر سکے گے۔

1:خود کے تخلیقی ہونے کا یقین کرے

خدا نے اس دنیا میں ہر انسان کے اندر اپنی تخلیق کرنے والی صفت کو رکھا ہے۔وہ جیسے خود خالق ہے اسی طرح اس نے اپنے بندے کو بھی یہ صفت دی ہے کہ میں نے تمکو سب سے الگ بنایا ہے تم اپنی انفرادی صلاحیت کے ساتھ پیدا کئے گئے ہو۔اس دنیا میں سات ارب لوگ ہیں اور ایک شخص کے اندر خدا نے ایسا سافٹ ویئر انسٹال کیا ہے جسکے کے اپنے فنگشن ہیں جس کو کوئی دوسرا کاپی نہیں کر کے اپنے اندر انسٹال نہیں کر سکتا ہاں اس سافٹ وئیر کے کچھ فنگشن سیکھ ضرور سکتا ہے اور اسکو اپنی روزمرہ زندگی میں اپنا سکتا ہے۔جیسے آپ ایک اچھے رائٹر بننا چاہتے ہیں تو آپ اپنے پسندیدہ رائٹر کو پڑھے گے اسکی عادات کو دیکھے گے اور ویسی ہی عادات اپنانے کی کوشش کرئے گے۔ہوسکتا ہے شروع شروع میں آپ اسی کے سٹائل میں لکھیں مگر اگر آپ خود کے تخلیقی ہونے کی صفت پر یقین رکھتے ہیں تو ایک دن آپ ضرور اپنا ایک الگ طریقہ دریافت کر لے گے جو صرف آپکا ہوگا اور آپکو محسوس ہوگا کہ آپ نے اپنے کام میں کچھ نیا پن دیکھ لیا جو پہلے آپکو اپنے علاوہ کہیں نظر نہیں آیا۔اس دنیا میں ہر کام تخلیقی ہو نہ ہو لیکن ہر شخص تخلیقی ضرور ہے ہر فرد تخلیقی ضرور ہے لیکن پھر سب اپنی اس صلاحیت کا اظہار کیوں نہیں کر پاتے ہم کو ہر طرف رٹا لگانے والے طالب علم اور لکیر کی فقیر عوام کیوں ملتی ہے۔اس کی وجوہات آنے والے پوائنٹس میں آپکو واضح ہوتی چلی جائے گی۔میرا مقصد آپکی تخلیقی صلاحیت پر جمی تمام تہوں کو ایک ایک کر کے اتارنا ہے اور جب یہ تہئں اتر جائے گے آپ خود کو ایک الگ انسان ہی سمجھے گے ایک ہلکا پھلکا احساس آپکو ہونے لگے گا۔

2۔دماغ کی بناوٹ کو سمجھے

آپ نے کبھی سوچا ہے جب ہم کچھ یاد کرتے ہیں تو دوبارہ اسکو اسی طرح کیسے پرفارم کر لیتے ہیں جیسے آپ نے یاد کیا کہ پانی کا فارمولہ H2O ہے تو دوبارہ آپ سے کسی نے سوال کیا کہ پانی کا فارمولہ کیا ہے تو آپ اسکو یہی فارمولہ بتاتے ہوآخر وہ کہا پڑا تھا جہاں سے آپ نے اسکو جلدی سے بتا دیا یہ فارمولہ آپکے دماغ کے بائیں حصے میں موجود تھا لیکن جس نے یہ فارمولہ ایجاد کیا اس شخص کے دماغ کے دائیں

حصے میں یہ فارمولہ موجود ہوگا۔ کیونکہ دماغ کے دو حصے ہیں ایک بایاں اور دوسرا دایاں حصہ۔ کسی دسرے کی ایجاد کی گئی چیزیں، تیار شدہ جوابات آپکے بائیں حصے سے پیدا ہوتے ہیں۔ مگر جب کوئی جواب آپ خود تیار کرتے ہو یا کوئی ایجاد کرتے ہو تو یہ آپکے دائیں حصے سے جنم لیتا ہے۔ بائیں حصے سے کام کرنے والے لوگ اپنی منزل اور نتیجہ پہلے سے طے کر لیتے ہیں اور دوسروں سے حاصل اور سٹور ہونے والی معلومات کو اپنے سچ مطابق ڈھال لیتے ہیں اور تحقیق کرنے کی خود کو جازت نہیں دیتے ہیں۔ دماغ کا بایاں حصہ انسان کو بتاتا ہے کہ تمہارا کام صرف کام ہے تمہارا مقصد صرف کام کرن ہے۔ جبکہ دایاں حصہ بتاتا ہے کہ تمہارے کام کا مقصد آرام کرنا ہے۔ بایاں حصہ بتاتا ہے کہ طاقت اور دولت کا حصول لازمی ہے جبکہ دایاں حصہ بتاتا ہے کہ خوشی اور سکون ضروری ہے۔ بایاں حصہ بتاتا ہے کہ تعلیم یافتہ ہونا بہت ضروری ہے جبکہ دایاں حصہ کہتا ہے کہ تربیت یافتہ ہونا بہت ضروری ہے۔ ہماری بدقسمتی یہ ہے کہ ہم بایاں حصے کو اتنا کام میں لاتے ہیں دایاں حصہ استعمال میں نہ آنے کی وجہ سے زنگ آلود ہو چکا ہے۔ ہم آج سوچنے سے قاصر ہیں کیونکہ ہمارے دماغ کو معلومات سے بھر دیا گیا ہے مگر ہم پھر بھی جاہل ہیں۔ کیونکہ ہم معلومات کو اپنے اندر ایسے سٹور کر رہے ہوتے ہیں جیسے ڈبے کے اندر چینی ڈال رہے ہوتے ہیں ہم پہلے سے جانتے ہیں کہ چینی میٹھی ہے مگر کبھی جاننے کی کوشش نہیں کی کہ چینی میٹھی کیوں ہے۔ کیونکہ ہمکو یاد کرنے کا طریقہ پتہ ہے۔ تخلیق یا پیدا کرنے کا نہیں۔

3: رہا ہونا بہت ضروری ہے

ایک تخلیقی انسان کوئی یقین یا عدم یقین نہیں رکھتا کیونکہ جب آپ یقین کر لیتے ہیں تب بھی آپ جاننے کے کام اور تحقیق کرنے کے عمل سے آزاد ہو جاتے ہیں اور جب آپ کسی چیز پر عدم یقین کر لیتے ہیں تب بھی آپ سچائی جاننے کی کوشش نہیں کرتے اور اس طرح آپ اپنے عقائد اور نظریات کے پجاری بن جاتے ہیں اس علم پر یقین رکھتے ہیں جو آپکو تحفظ دیتا ہے اس چیز کو تعاون دیتے ہو جو آپکو پسند ہوتی ہے ۔آپکا ذہن جہاں مطمن ہوتا ہے آپ اسی صورت حال میں ڈھلنے کی کوشش کرتے ہو۔ جبکہ دماغ وہ چیز ہے جو اگر ایک جذبے کے درد سے خوفزدہ ہو کر اسکے مخالف احساس کو محسوس کرنا چاہتا ہوتا ہے دماغ کو اس بات سے کوئی لینا دینا نہیں کہ وہ مخالف احساس آپکے لیے کتنا نقصان دہ دماغ کو تو بس سکون لینا ہے۔ یہ آپکو آپکے ارادے کی مضبوطی سے ہٹانے کی پوری کوشش میں ہر لمحہ رہتا ہے۔ مگر جب آپ اسکی ایک نہیں سنتے اور اپنے کام پر لگے رہتے ہو تو یہ بھی مجبور ہو کر آپکے ساتھ اسی کام میں لگ جاتا ہے۔ جیسے آپ ایک کتاب پڑھ رہے ہیں آپ جانتے ہیں کہ کتاب پڑھنا ضروری ہے یہ آپ کے اعمال میں ہم آہنگی لے کر آئے گی مگر جیسے ہی آپ کتاب پڑھنے بیٹھو گے ایک عجیب سا سر درد آپ محسوس کرو گے آپکا دماغ آپکو کہیں گا کہ نہ پڑھو چھوڑ دو اور کینٹین پر جاؤ اور مزے سے دوستوں کے ساتھ چائے پیو۔ لیکن اگر آپ اس کے ساتھ ضد لگاؤ گے اور کتاب پڑھنا نہیں چھوڑو گے تو خود بخود ایک ٹائم پر آ کر یہ آپکی ماننے لگے گا اس لیے ذہن سے رہائی بہت ضروری ہے۔ تخلیقی بننے کے لیے ہمکو پہلے سے معلوم علم کی پناہ گاہ بھی چھوڑنی ہوگی۔ وہ باتیں جو ہمکو اپنے بڑوں سے ملی، اساتذہ سے ملی اور معاشرے سے ملی ہمکو انکو یقین اور عدم یقین سے بالاتر کر کے ایک طرف کو رکھ دینا چائیں اور اپنے دماغ کو ایک بچے کی مانند صاف کر کے

اس پر اپنے تجربات کی تحریر لکھنی چاہئیں ۔اپنے دماغ کے دایاں حصے کو فعال بناؤ۔تا کہ معاشرے کے فرسودہ نظریات سے ٹکرانے کی مہذب ہمت پیدا ہو سکے۔مہذب ہمت کا لفظ میں نے اس لیے استعمال کیا کہ ہم میں سے بہت سارے لوگ ردعمل کرنے کو ہمت سمجھتے ہیں وہ جواب نہیں دیتے بلکہ ردعمل کرتے ہیں ۔ردعمل اور جواب میں یہ فرق ہوتا ہے کہ جواب موجودہ صورت حال کے مطابق ہوتا ہے لیکن ردعمل پہلے سے موجود نظریات اور عقائد پر مبنی ہوتا ہے جب ہم مہذب ہمت کرتے ہیں تو ہم جواب دیتے ہیں اس وقت جب ہم اپنا راستہ تلاش کر چکے ہوتے ہیں ۔ہوسکتا ہے سچ وہی ہو جو راستہ ڈھونڈے سے پہلے موجود تھا۔مگر اس سچ میں اور پہلے والے سچ میں یہ فرق ہوگا کہ موجودہ سچ آپکی اپنی تلاش سے آپکو ملا ہے جبکہ پہلے والا سچ آپکو دوسروں کی طرف سے بتایا گیا ہے۔

4:ایک سمت نہیں مختلف سمتوں کا ہونا ضروری ہے

ہمکو بچپن سے ہی ایک سیدھا راستہ بتا دیا جاتا ہے اور ہم یہ سیکھ جاتے ہیں کہ راستہ تو پہلے سے موجود ہے بس ہمکو اس پر ایسی دوڑ لگانی ہے کہ سب سے پہلے منزل پر پہنچ جائے اس لیے ہم اس راستے کے پوائنٹس کورٹ لیتے ہیں اور زیادہ سے زیادہ نمبر لینے میں کامیاب ہو جاتے ہیں اور پھر زندگی کے میدان میں ہار جاتے ہیں ۔ہم اس سیدھے راستے پر چلتے چلتے یہ بھول جاتے ہیں کہ ہمارا اپنا کوئی ذاتی تجربہ تو ہے ہی نہیں ۔ہم تو دوسروں کے سچ کو پر چل رہے ہیں ۔اس لیے ہم ایک ہی سمت پر چلتے رہتے ہیں کیونکہ ہم جانتے ہیں یہی صحیح اور ٹھیک منزل ہے ۔لیکن جس انسان کے اندر راکتا ہٹ ہوتی ہے کہ کیوں آخر یہی ایک راستہ میری زندگی میں کیوں ہے تو وہ خود کا راستہ ڈھونڈنے نکلتا ہے۔وہ مختلف راستوں پر جاتا ہے بہت سارے غلط تجربے بھی کرتا ہے مگر ان غلط تجربوں سے بھی وہ بہت کچھ سیکھ کر ہی واپس لوٹتا ہے اور اسکا وہ تجربہ ایک نئے راستے کی بنیاد بنتا وہ راستہ جس پر اسکے نام کی تختی نصب ہوتی ہے یاد رکھیں دوسروں کے راستے پر چل کر آپ مالی طور پر کامیاب ہو سکتے ہیں مگر روحانی طور پر کامیاب ہونا ناممکن ہے۔جس کام کو کرنے سے آپکے اندر توازن پیدا ہو جائے سمجھ لو کچھ تخلیق ہو گیا ہے۔

5:صحیح اور غلط کی درجہ بندی سے نکل آؤ

آج ہمکو دنیا اتنی تعلیم یافتہ نظر آتی ہے کہ ہمارے اندر یہ ضرورت پیدا ہو گئی ہے کہ ہم کسی بھی طرح جاہل نظر نہ آئے ہم نے خود کو تمیز دار ہونے کا اتنا بھاری لباس پہنا رکھا ہے کہ ہم کچھ جاننے کی کوشش اس لیے نہیں کرتے کہ کہیں کوئی ہمکو بے وقوف نہ کہہ دے اور یہ ڈر ہمارے اندر اس وجہ سے ہوتا ہے کہ ہم واقعی ہی خود کو بے وقوف سمجھ رہے ہوتے ہیں دوسروں کے کہنے سے پہلے ہم اس بات کا یقین کر چکے ہوتے ہیں اس لیے تو ہم کلاس یا لیکچر کے دوران کوئی سوال پوچھنے سے خوفزدہ ہوتے ہیں کہیں ہم کوئی غلط سوال نہ پوچھ لے اور سب مجھ پر ہنسنے لگے اور مجھے پوری کلاس کے سامنے شرمندگی کا احساس ہوگا ۔اس لیے ہم اس شرمندگی سے بچنے کے لیے اپنے سوال کو اپنے اندر ہی مار دیتے ہیں اور اپنے تخلیقت کے راستے پر چلنے والے پہلے بیریئر کو بھی نہیں ہٹا پاتے ۔جب آپ سوال کرنے کی ہمت نہیں رکھتے پھر آپ کچھ سیکھنے کی ہمت بھی نہیں کر سکتے ۔آپکو تخلیقی بننے کے لیے اس خوف سے باہر آنا ہوگا ورنہ آپ ہر بار یہ احساس لے کر کلاس سے نکلو گے کے

آپ نے کچھ نہیں سیکھا اور ایسا صرف سوال پوچھنے میں نہیں ہوتا ہے بلکہ اگر آپ کسی سوال کا جواب خود سے تیار کر کے بیٹھے ہو وہ کسی کتاب کا پیدا کردہ نہیں بلکہ آپکے دماغ کے دایاں حصے کی پیداوار ہے تو آپ صرف اس لیے نہیں بتا رہے کہ کوئی آپکے جواب کو احمقانہ نہ کہہ دے تو بھی آپ تخلیقیت کے عمل میں روکاوٹ ڈال رہے ہو۔ انسان تخلیقی ہوتا ہے تو اسکی روح ایک گہری نیند سے بیدار ہو جاتی ہے اور انسان نفسیات سے روحانیت کا سفر طے کرنے لگتا ہے مطلب خدا کے وجود کو محسوس کر کے سکون قلب حاصل کر لیتا ہے اس لیے تخلیقیت آپکے کام سے ایجاد ہو کر آپ کو اصل سکون تک پہنچا دیتی ہے اس لیے اسکے لیے اپنے مہذب پن، وقار اور عزت کو داؤ پر لگانے میں کوئی گھاٹے کا سودا نہیں ہے۔ یہ وہ راستہ جس کے انجام کا آپکو بظاہر پتہ نہیں ہوتا مگر یقین مانے یہ آپکی ادا کی ہوئی قیمت سے کئی زیادہ آپکو دے جاتا ہے ۔آج میں آپکے ساتھ اپنی یونیورسٹی کا ایک واقعہ بیان کروں گی جس سے شاید آپکو بھی اپنے بے وقوف نظر آنے کے خوف سے چھٹکارہ ملے اور آپ بھی ہمت سے اپنی تخلیقیت کا اظہار کر سکے۔ میں بھی آپ ہی کی طرح بہت زیادہ خوفزدہ تھی کہ کہیں میرا جاہل پن ہونا لوگوں کو دکھائی نہ دے جائے۔ میں گاؤں سے شہر میں پڑھنے آئی تھی اور آپ جانتے ہو گے کہ گاؤں والے بچے خود ایک دفعہ شہر میں آ کر احساس کمتری میں مبتلا ہونے سے بچا نہیں سکتے میرے ساتھ بھی کچھ ایسا ہی معاملہ تھا۔ میں کلاس میں نہ صرف یہ سمجھتی تھی کہ شہر کے لوگوں مجھ سے زیادہ جانتے ہیں بلکہ میں خود کو گاؤں سے تعلق رکھنے پر شرمندہ ہونے سے نہیں روک سکتی تھی۔ یہ احساس چھ ماہ تک سیکھنے کے عمل میں روکاوٹ بنتا رہا ۔میں کلاس میں سوال نہیں پوچھتی تھی۔ آہستہ آہستہ مجھے یہ احساس ہونے لگا کہ میں تو صرف نمبر لے رہی کچھ سیکھ نہیں پا رہی ہو۔ اس وجہ سے میری شخصیت بہت زیادہ سنجیدہ نظر آنے لگی تھی میں سیکھنا چاہتی مگر میں یہ نہیں جانتی تھی کہ سیکھنے کے عمل میں روکاوٹ دوسرا کا زیادہ جاننا نہیں بلکہ میں جو جانتی تھی اسکا اظہار دوسروں کے سامنے نہ کر پانے میں تھی، مسئلہ باہر نہیں میرے اندر تھا۔ مجھے سیکھنے کے لیے اپنے مہذب پن کو داؤ پر لگانے کی ہمت نہیں تھی۔ میں بھی آپ لوگوں کی طرح سمجھتی تھی کہ سیکھنے کے لیے صرف فیس دینا کافی ہے اور آ کر کلاسز لینا ضروری ہیں اسکے علاوہ میری کوئی ذمے داری نہیں۔ سکھانے کا طریقہ صرف استاد کو اپنانا چاہیئے۔ اس سوچ نے مجھے سیکھنے کے عمل ست بہت دور رکھا ۔آخر کار ہم سب کو ایک دفعہ ایک داکومینٹری بنانے کی اسائمنٹ ملی۔ جس میں ہم نے سوسائٹی کو یہ پیغام دینا تھا کہ معاشرے کی اصلاح اور ترقی کے لیے فلاحی کاموں کی ضرورت ہے ۔کلاس میں ساٹھ طالب علم تھے دس دس طالب علموں کے چھ گروپ بنائے گئے۔ ہمارے گروپ نے جو ٹوپک لیا اس پر میں پچاس فی صد مطمئن تھی۔ لیکن جو کہ ٹیم میں کام کرنے کا پہلا اصول یہ ہوتا ہے کہ سب کو ساتھ لے کر چلو اس لیے کسی نہ کسی کو تو سمجھوتہ کرنا تھا۔ لہذا میں نے انکے ساتھ کام شروع کیا لیکن جو کہ میں کام سے مطمئن نہیں تھی میں نے ٹیم سے معذرت کر لی جو کہ کلاس میں سارے گروپ بن چکے تھے تو اگر میں اس گروپ سے نکلتی تو کسی اور گروپ میں شمولیت ناممکن تھی اس لیے میں لیکچرار کے پاس گئی جس نے ہمکو یہ اسائمنٹ دے رکھی تھی۔ میں نے ان سے اکیلے کام کرنے کی اجازت مانگی تو میرے ٹیچر کا پہلا سوال مجھ سے یہ تھا کہ آپ دس لوگوں کا کام کیسے اتنے کم دنوں میں کرئے گی آپکی اسائمنٹ مکمل نہیں ہو پائے گے میں پہلے تو خوفزدہ ہوئی مگر پھر بھی میں نے اجازت لے لی اور اپنے کام پر لگ گئی۔ آخر کار میں ایک ڈاکومینٹری بنانے میں کامیاب ہو گئی وہ ڈاکومینٹری کس پر تھی اسکی تفصیل پر میں

نہیں جاؤ گی کہ کہیں آپکے لیے یہ واقعہ طوالت کی بنا پر بورنگ نہ بن جائے ہم جلد سے جلد اسے نتیجے اور اس واقعے کے بتانے کے مقصد کو جانتے ہیں۔ جس دن ڈاکومینٹری کی سکریننگ کا دن تھا میں بہت خوفزدہ تھی کہ پتہ نہیں کیا ہوگا۔ سب لوگوں نے مل کر کام کیا ہے کچھ نہ کچھ اچھا ہی تخلیق کیا ہوگا اور میں نے نا جانے کیا بنا دیا ہے میں خوف کی وجہ سے یہ سوچنے پر مجبور تھی کہ مجھے اپنی ڈاکومینٹری نہیں دکھانی چاہئیں پوری کلاس مجھ پر ہنسے گی۔ لیکن جیسے ہی میری باری آئی اور سب سے آخر پر میری باری آئی اور جب میں نے ڈاکومینٹری دکھائی تو اسکیتعریف میں سب سے زیادہ تالیاں بجائی جا رہی تھی اور میرے لیکچرار نے مجھے سب سے ہائی ایسٹ مارکس دیے بلکہ پوری کلاس نے اس بات کا اعتراف کیا کہ ہائی ایسٹ مارکس میری ہی ڈاکومینٹری کو ملنے چاہئیں۔ اس دن پہلی دفعہ میں نے یہ محسوس کیا کہ میں نے کچھ سیکھا ہے میرے اندر ایک توازن کا احساس تھا۔ انسان کو اپنی تخلیق پر بھروسہ ہونا چاہئیں اور اسکو دنیا کے سامنے لانے سے پہلے اسکے غلط یا صحیح ہونے کا فیصلہ نہیں کر لینا چاہئیں۔ اگر ہمارا معاشرہ صحیح جواب کو سرہانے کی بجائے نئے جواب کو سراہانے لگ جائے تو ہمارے یہ خوف ختم ہو سکتے ہیں اور نئے نئے تخلیق کار سامنے آ سکتے ہیں۔

نقائص جینے کا حصہ ہیں

ہم بڑے عجیب لوگ ہیں جب آوازوں میں رہتے ہیں تو خاموشی کی تمنا کرتے ہیں، جب نفرت مل رہی ہوتی ہے تو محبت کے طلب گار ہوتے ہیں اور جب محبت ملتی ہے تو اس کو بے نقص دیکھنا چاہتے ہیں اور اسی وجہ سے اس پر یقین نہیں کر پاتے، جب لوگوں کے ساتھ تعلقات بڑھ جاتے ہیں تو تنہائی کے متلاشی ہوتے ہیں اور جب تنہا ہوتے ہیں تو کسی نہ کسی کا ساتھ چاہتے ہیں لیکن ہم پھر بھی زندگی کو بے نقص دیکھنا چاہتے ہیں۔ ہر چیز ایک وقت پر نقص اور دوسرے وقت پر چاند نظر آتی ہے ایسا اس لیے ہے کہ زندگی کا حسن ہی بے نقص نہ ہونے میں ہے ۔ یہ ہر لمحے میں آپکو کہہ رہی ہوتی ہے کہ اپنی ذات کا اندازہ لگاؤ تم کتنے پانی میں ہو اور کتنے باہر۔ کتنی عجیب بات ہے کہ اگر ہمارے رشتے داروں میں کوئی فوت ہو جائے تو ہم رونے والے کو کہتے ہیں کہ چپ ہو جا اور حوصلے سے رہنے والے کو اور خدا کے امر کو ماننے والے کے بارے میں کہتے ہیں کہ اسکو اپنے قریبی کے جانے کا کوئی دکھ بھی نہیں ہوا ہے۔ ہم نے یہ تصور بنا لیا ہے کہ جس گھر میں کوئی مرا ہو وہاں ہر کسی کو روتے ہوئے دکھائی دینا چاہئے ورنہ اسکو جانے والے کوئی غم نہیں۔ ہم اسکے بارے میں تو بات کرتے ہیں جو چیخیں مار مار کر رو رہا ہو مگر جو حوصلے سے خدا کا شکر ادا کر رہا ہوا سکے درد کو نہیں سمجھ رہے ہوتے ہیں۔ ایسا زندگی کے اکثر معاملات میں ہوتا ہے۔ اس دنیا میں سب سے زیادہ کمی خوراک کی نہیں بلکہ ہنسی اور مسکراہٹ کی ہے۔ آپ جس طرف بھی دیکھیں گے آپکو افسردہ اور سنجیدہ چہرے نظر آئے گے کیونکہ ہم نے سنجیدگی کو کام سے اور کام کو زندگی سے جوڑ دیا ہے۔ ہمیں بچپن سے یہ کہا جاتا ہے کہ اگر تم پڑھائی کے ساتھ سنجیدہ نہیں ہوگے تو تم کامیاب نہیں ہو سکو گے یہ الفاظ ہمارے ذہن پر ایسے نقش ہو جاتے ہیں کہ ہم بچپن میں کھیل اور بڑے ہو کر زندگی سے لطف اندوز ہونا بھول چکے

ہوتے ہیں۔ ہمارا دل چاہتا ہے شاعری سننا، ہمارا دل چاہتا ہے کھل کے ہنسنا، ہمارا دل چاہتا ہے ٹینشن کو ریلیز کرنے کے لیے ڈانس کرئے لیکن ہمکو یہ سارے کام ایک فضول نقشے کے طور پر دکھائی دے رہے ہوتے ہیں کہ اگر ہم کام کرنا چاہتے ہیں کچھ بننا چاہتے ہیں تو ہمکو اتنا سنجیدہ ہونا ہوگا کہ زندگی سے لطف اندوز ہونے کی طلب کرنا گناہ ہوگا اس لیے ہمارا آج کا نوجوان وقت ضائع کرتا ہے لطف اندز نہیں ہوتا اور جب وہ کام کی جانب سوچتا ہے تو اسکی سنجیدگی سے خوف کھا جاتا ہے کیونکہ ہمکو یہی سکھایا گیا ہے کہ کام سنجیدگی سے ہوسکتا ہے۔ ہم نے یہ تو بتا دیا کہ کام کو کھیل نہیں ہوسکتا مگر یہ بتانے سے کیوں پیچھے رہ گئے کہ کام کام کھیل کھیل سے ہوسکتا ہے۔ آج کے انسان کو خوب بتایا جاتا ہے محنت کرو مزید محنت کرو تو کامیاب ہو گے تب ہی تمہاری بقا قائم رہ سکے گی انسان اس خوف میں کہ بے انتہا محنت نہ کی تو مر جاؤ گا زیادہ محنت کرتا ہے اصل محنت نہیں کر پاتا۔ اس لیے ہم نے اپنی زندگی سے خوشی، مسرت اور ہنسی کو رخصت کر دیا کیونکہ کام میں سنجیدہ ہونے کی شرط کی بنا پر یہ سب آپ کے لیے زہر قاتل ہیں۔ آج ٹھہرو اور سوچو جتنا کام آپ کر رہے ہو کیا اتنا ضروری ہے اور اگر تم اپنی بقا کے لیے صرف کام کر رہے ہو تو آج کے اور صدیوں پہلے والے انسان میں کیا فرق ہے جو صرف زندہ رہنے اور اپنی بقا کی جدوجہد کرتا تھا۔ وہ جینے کا ڈھنگ نہیں جانتا تھا کیونکہ اسکے نزدیک صرف زندہ رہنے کے لیے خوراک اور مکان کی ضرورت تھی آج کے انسان کے پاس یہ سب ہونے کے باجود مزید کی خواہش مزید کام کروانے پر مجبور کر رہی ہے۔ یہ مجبوری ہمکو سنجیدہ کر رہی ہے اور سنجیدگی ہم کو زندگی سے دور کر رہی ہے۔ اداس اور افسردہ ہیں ہم خود کو مکمل ٹھیک اور صحیح کرنے کی کوشش میں مشنیوں کی طرح کام کئے جا رہے ہیں اس لیے ہمکو ہر چیز بے نقص چاہیے ہمکو رشتے بے عیب چاہے اور رشتے بے عیب تب ہی ہوسکتے ہیں جب وہ آپکے ذہن میں آنے والے ہر خیال کے مطابق عمل کرئے تو ایسا ناممکن ہے بلکل ایسے ہی زندگی بے عیب نہیں ہوسکتی ہے۔ آپکو اپنی انا سے باہر آنا ہوگا وہ انا جس کو آپ خود کو سنجیدہ رکھنے کی بنا پر پیدا کر لیتے ہو۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ سنجیدگی آپکو عبادت کی جانب لے جاتی ہے مگر ایسی عبادت سے انا پیدا ہو جاتی ہے اور وہ بجائے عاجزی، بزرگی اور نیکی کے تکبر، فخر اور گناہ کو پیدا کرتی ہے۔ زندہ دلی اور مسکراہٹ آپکے زندہ رہنے کے مقصد کو ختم کر کے جینے کے مقصد میں تبدیل کر دیتے ہیں۔ زندگی کو تکمیل کی جانب مت لے کر جاؤ وہاں زندگی نہیں ملے گی بلکہ صحرا میں بھٹکنے کے سوا کچھ نہیں ملے گا۔ ہم اپنی اس سنجیدگی میں اور تکمیل کے تقاضے میں یہ بھول چکے ہیں زندگی کی خوشیاں تو معمولی چیزوں سے ملتی ہیں اور یہی خوشیاں زندگی کو غیر معمولی بنا دیتی ہیں۔ آج ہر دوسرا شخص کسی نہ کسی پریشانی میں مبتلا ہے اور مختلف قسم کی نفسیاتی بیماریوں کا شکار ہو چکا ہے اسکی وجہ ہماری زندگی سے ہنسی اور مسکراہٹ کو رخصت ہو جانا ہے۔ آج ایک دفعہ کھل کھلا کے ہنس لو ہوسکتا ہے دنیا تمکو پاگل بولے مگر یقین مانو ہنسی سے تم وہ سکون محسوس کرو گے جو اپنے سنجیدہ ہونے اور کام میں باس کے تعریف کرنے پر بھی نہیں محسوس کرتے۔ یہ سمجھ لو کہ کامیاب ہونے کے لیے اور کام کرنے کے لیے تمہارا بہت زیادہ سنجیدہ رہنا ضروری نہیں ہے۔ میرا اللہ صبر کرنے والوں کو پسند کرتا ہے اور وہ اپنے بندے کو مشکلات میں ڈال کر آسانیوں کی قدر کرنا سکھاتا ہے لیکن وہ مشکل وقت میں بھی انسان سے یہ امید رکھتا ہے کہ میرا بندہ خوش دلی اور زندہ دلی سے اس وقت سے نکل جائے گا اور اپنے درد میں کوئی ایسی بات نہیں بولے گا جس سے اسکا صبر داغ دار ہو ایسا تب ہی ممکن ہے جب آپ زندگی کو تمام تر نقائص

کے ساتھ قبول کرے اور زندہ دلی کا مظاہرہ ہر لمحہ کرے۔

خود کو الگ مت رکھو

دنیا میں اربوں انسان ہیں سب کے اپنے اپنے مزاج اور رویے ہیں یا یوں کہہ لے کہ دو کان، دو آنکھیں، ایک ناک، دو ہاتھ اور دو ٹانگیں رکھنے والی مخلوق کی اربوں قسمیں ہیں۔اس لیے ہر قسم کو سمجھنے کا طریقہ الگ ہوتا ہے۔سب کی اپنی اپنی سمجھ اور سوچ ہے۔دنیا میں سب سے مشکل کام لوگوں کی نفسیات کو سمجھ کر ان کے ساتھ روزمرہ کے معاملات کو حل کرنا ہوتا ہے یہ وہ ہنر ہے جسکو زندگی کے ہر شعبے سے تعلق ہے اس صلاحیت یا ہنر کے بنا کامیابی کا سوال ہی نہیں پیدا ہوتا۔ہمکو اپنی گھریلو، سماجی اور کاروباری زندگی کو سنوارنے کے لیے اس صلاحیت کو سیکھنا ہوگا۔یہ وہ ہنر ہے جسکو ہم کالج یا یونیورسٹی میں پڑھائی جانے والی نصابی کتابوں سے یا کسی سیمینار میں ایک لمبا سا لیکچر سن کے نہیں سیکھ سکتے ہاں صرف یہاں سے آپ کچھ ٹپس لے سکتے ہیں جو آپکو لوگوں کی نفسیات کو سمجھنے میں مدد دے سکتی ہیں۔ہم اکثر دیکھتے ہیں کہ لوگ ایک جگہ پر اچھی خاصی نوکری کر رہے ہوتے ہیں اور اچانک وہ آکر گھر اعلان کرتے ہیں کہ میں نے وہ نوکری چھوڑ دی کیونکہ وہاں پر کام کرنے والے لوگ اچھے نہیں تھے۔طالب علم نے اچانک سے کلاس میں سب سے الگ رہنا شروع کر دیا ہے کیونکہ کہ کلاس میں کوئی اس قابل نہیں ہے کہ کوئی اسکا دوست بن سکے۔لوگوں نے اپنے قریبی رشتے داروں سے ملنا چھوڑ دیا ہے کیونکہ ان لوگوں سے انکی سوچ نہیں ملتی۔لوگ چاہتے ہیں کہ جیسا وہ سوچے سب ویسا ہی سوچے جیسا وہ کہیں سب ویسا ہی کرے درحقیقت اس دنیا میں ہر شخص چاہتا ہے کہ اسکی پیروی کی جائے۔وہ اس دنیا میں اپنے جیسی کاپیاں چاہتا ہے جب وہ یہ والا مزاج اپناتا ہے تو اسکی ذاتی اور سوشل زندگی میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے۔وہ اس حقیقت سے انجان ہے کہ جیسے وہ ایک الگ رویے کا مالک ہے باقی لوگ بھی اپنے اپنے رویے کہ مالک ہیں۔ہم نے بنا مطلب کی بے معنی نفرتیں اپنی زندگیوں میں پال رکھی ہیں۔اپنے خاندانوں کی لمبی عرصے سے چلنے والی ناچاکیوں کو اور ہوا دیتے ہیں یہ سمجھتے ہوئے کہ اس نے اگر ماضی میں میرے فلاں رشتے دار کے ساتھ ایسا کیا ہے تو اسکی آنے والی باقی نسلیں بھی ہمارے ساتھ وفادار نہیں ہو سکتی۔ایسے جڑی اختلاف آنے والی نئی نسل کی سوچ کو بھی زنگ آلود کرنے میں اپنا کردار ادا کرتے نظر آتے ہیں۔ہم لوگ خود کی زندگیوں کو آسان بنانے کے لیے ہر لمحہ کوشش کر رہے ہوتے ہیں مگر دوسروں کے ساتھ اپنے اختلاف کو یہ سوچ کر بڑھاوا دے رہے ہوتے ہیں کہ ہر جگہ میں ٹھیک تھا سامنے والے نے میرے ساتھ زیادتی کی۔ہم نے کبھی معاملات کو دوسروں کے نقطہ نظر سے عمل کرنا تو دور سمجھنے کی بھی کوشش نہیں کی ہے جبکہ ہم اپنے بہت سے قریبی تعلقات اسی غلط فہمی میں خراب کر بیٹھتے ہیں کہ اگر سامنے والا ہمارے جیسی سوچ، سمجھ، عقل اور احساس نہیں رکھتا تو وہ ہمارا اپنا کبھی ہو بھی نہیں سکتا۔ہم تعلقات کو بنانے میں اور سنبھالنے میں سب سے بڑی غلطی یہ کرتے ہیں کہ ہم نے کس کے ساتھ کس حد تک تعلق رکھنا ہے اور کس قسم کا تعلق رکھنا ہے۔آپ کو تعلقات میں اپنائیت یا جذبات و احساس کے درجے رکھنے چاہیے۔آپکو پتہ ہونا چاہیے کہ کس کے ساتھ آپ نے سلام دعا تک بات رکھنی ہے۔کس کے ساتھ اپنی زندگی کے معاملات کو ڈسکس کرنا ہے۔کس کو اپنی زندگی کی

کمزوریاں ظاہر کروانی ہے کس کے ساتھ کب کیا بات کرنی ہے یہ آپکی اسکے ساتھ تعلق کی نیچر ڈیفائنڈ کرتی ہے۔خود کو اتنا سچا مت بنائیں کہ آپ لوگوں کے جھوٹ برداشت نہ کر پائے۔خود کو اتنا مضبوط مت بنائے کہ لوگوں سے الگ رہنے پر آپکو فرق نہ پڑے۔خود کو اتنا عقیدت مندمت بنائیں کہ لوگوں کی نفرتیں نہ دیکھ سکیں۔ہم جب بھی دنیا کے دھوکوں اور فریبوں کو دیکھتے یا انکا سامنا کرتے ہیں تو ہم اسکا ایک ہی حل نکال لیتے ہیں کہ ہمیں خود کو دنیا سے الگ کر لینا چاہیے خود کو تنہا کر لیتے ہیں اور یہی نعرہ لگاتے رہتے ہیں کہ ہم برے اور منافق لوگوں کے ساتھ نہیں رہ سکتے۔اس میں کوئی شک نہیں کہ ہمارے اردگرد ایسے بہت سے لوگ ہوتے ہیں جو رنگ،نسل،علاقے،فرقے اور دیگر سرگرمیوں کے لحاظ سے ہم سے بہت الگ ہوتے ہیں اور اس بنیاد پر اختلاف اور تنقید کا پیدا ہونا قدرتی مظہر ہے۔لیکن جہاں پر اختلاف اور تنقید ہوتی ہے وہی پر ضرف پیدا ہوتا ہے اور تنقید ہمکو بتاتی ہے کہ ہم نے مزید خود کو کتنا مضبوط اور بہتر بنانا ہے کسی بہت بڑے بزرگ کا قول ہے کہ اس گناہ کا بھی شکر یہ ادا کرو جس نے تم سے توبہ کروادی۔آپکو شاید اس بات کا اندازہ نہیں ہے کہ ایسے لوگوں میں رہنا کتنا ضروری ہے جن کی تنقید اور طعنے آپ میں زندگی کو بدلنے اور آگے بڑھنے کی ہمت پیدا کرتے ہیں۔یہ وہ لوگ ہوتے ہیں جو آپکو بتاتے ہیں کہ تم کیا ہو اور تمکو کتنا بہتر ہونے کی ضرورت ہے۔اس دنیا کا سب سے بہادر انسان وہ ہے جو لوگوں کی باتیں سنتا ہے انکی اپنے بارے میں تلخ رائے کو برداشت کرتا ہے اور خاموشی اختیار کرتا ہے اور اس خاموشی میں اتنا قوت پیدا کرتا ہے کہ ایک دن دنیا اسکی اس خاموشی کو جب کامیابی میں بدلتے دیکھتی ہے تو خود تمنا کرتی ہے کہ ایک دفعہ یہ شخص اپنے کچھ لمحات ہمیں دے۔یاد رکھیں ہماری تمام جیتیں تب تک بیکار ہیں جب تک ہم زندگی کو نہیں جیت لیتے ہیں اور یہ جیت بے شمار ہاریں کھانے کے بعد نصیب ہوتی ہے اور اگر اس جیت کو حاصل کرنا ہے تو لوگوں کے ساتھ میل جول رکھنا ہوگا۔انکی دی ہوئی اذیتیں برداشت کرنی ہوگی۔یقین مانیں جب آپ ایسا رویہ اپنا لیتے ہیں تو اختلاف اور تنقید اور طعنوں کو سہتے سہتے یا تو آپکو کچھ قیمتی دوست میسر آجاتے ہیں یا پھر آپ کے لیے یہ فیصلہ کرنا آسان ہو جاتا ہے کہ کس کو اپنی زندگی میں کتنی جگہ دینی ہے۔گھر کے پانچ لوگ بھی ہو تو ان میں بھی اختلاف رہتا ہے۔کبھی کبھی حالات اتنے سنجیدہ اور کھٹن ہو جاتے ہیں کہ دل کرتا ہے گھر والوں سے دور بھاگ جانا چاہیے ہم کو لگ رہا ہوتا ہے کہ وہ ہمیں سمجھ نہیں پا رہے لہذا ہمارا ان سے دور ہو جانا ہی بہتر ہے لیکن جیسے ہی آپ ان حالات سے باہر آتے ہیں تو آپکو احساس ہوتا ہے کہ یہ تو صرف وقتی احساس تھے جو اپنوں سے دوری کا سبب بن رہے تھے حقیقت تو کچھ اور تھی۔دراصل ہم حالات سے گھبرا کر ایسے فیصلے لے رہے ہوتے ہیں کہ تعلقات کو ختم کرنے کی باتیں کرتے ہیں اور جب برے وقت کا خمار سر سے اترتا ہے تو احساس ہوتا ہے کہ کیا ہو گیا۔ایسا رویہ رشتوں کو کمزور کرنے کا باعث بنتا ہے۔ہماری زندگی کے قیمتی وسائل میں سے اہم چیز لوگوں کا ہم پر اعتبار ہے۔ہم زندگی میں کامیاب ہونے کی تمنا رکھتے ہیں مگر لوگوں کا اعتبار اور یقین حاصل نہیں کرتے ہیں اسکی وجہ یہی ہے کہ ہم نے سیکھا نہیں ہوتا کہ ہمیں لوگوں کے ساتھ کیسے رہنا چاہیے اسی لاعلمی میں ہم بہت جگہوں پر لوگوں کا دل دکھا دیتے ہیں۔بہت سارے مواقع میں امیچورٹی ظاہر کر جاتے ہیں۔ہم رشتوں اور تعلقات کی نزاکت کو نہ سمجھتے ہوئے توازن سے ہٹ کر کبھی بے حد بے دین اور کبھی زیادہ دین دار بن جاتے ہیں۔کبھی بے حد سنجیدگی اور کبھی بے حد مسخری پن آپکو لوگوں میں قابل اعتماد نہیں

رہنے دیتا اور قابل اعتماد رہنے کے لیے توازن میں رہنا بہت ضروری ہے۔ دراصل سارا مسئلہ ہی توازن کا ہے ہم لوگوں کو سمجھنے میں سب سے بڑی غلطی یہ کرتے ہیں کہ ہم توازن برقرار نہیں رکھتے۔ ہمارے فیصلے کبھی زیادہ اور کبھی بے فضول ہوتے ہیں۔ منفیت کو بھرنے میں ہم کسر نہیں چھوڑتے۔ امید دینے لگتے ہیں تو اتنی دے دیتے ہیں کہ حقیقت کو نظر انداز کر جاتے ہیں۔ مثبت رویہ اور سوچ دینے پہ آئے تو اتنا اعتماد دے دیتے ہیں کہ سامنے والا خود اعتمادی میں محنت سے ہی منہ موڑ لیتا ہے۔ ہر چیز تب ہی مفید رہ سکتی ہے جب اس میں توازن رکھا جائے۔ جب آپ توازن قائم رکھنا سیکھ جائے گے تو آپ کے بہت سارے بگڑے معاملات حل ہو جائے گے۔ ہم لوگوں میں رہ کر ہی نیک یا بد ہو سکتے ہیں۔ اسلام بھی یہی کہتا ہے لوگوں میں رہ کر انکی دی ہوئی تکالیف، دکھ، پریشانیاں ہی تمہارے اندر کی درویشی کو جگا سکتی ہیں اور تم بے ضرر سے مفید بننے تک کا سفر طے کر سکتے ہو اگر تم ان مسائل سے بھاگ کر جنگلوں کا منہ کرو گے اور خدا کی تلاش کرو گے تو وہاں رب نہیں ملے گا تم کو۔ ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ کسی جنگل سے ایک قافلے کا گزر ہوا۔ قافلہ اونٹوں پر اپنا سامان لادے سفر پر رواں دواں تھا۔ مسافر کچھ دیر کو آرام کرنے کے لیے ایک جگہ پر روکے۔ ان میں سے ایک آدمی نے کچھ دور ایک جھومپڑی دیکھی وہ وہاں جا کر دیکھنا چاہتا تھا کہ اس گھنے جنگل میں کون بسیرا کیے بیٹھا۔ اس نے اندر جا کر دیکھا تو ایک آدمی خدا کی عبادت میں مصروف تھا۔ اس نے دیکھا کے اسکے پاس ایک لکڑی ہے جس کو اس نے زمین میں گاڑھ رکھا ہے۔ جب اس آدمی نے مسافر کو دیکھا تو پوچھا کون ہو تم تو اس نے بتایا کہ وہ ایک قافلے کے ساتھ یہاں کچھ دیر آرام کے لیے روکا ہے مسافر نے اس آدمی سے پوچھا کہ وہ اس گھنے جنگل میں اکیلے کیا کر رہا ہے تو اس نے کہا کہ میں رب کو راضی کرنے کے لیے یہاں بسیرا کیے بیٹھا ہوں اور جب وہ مجھ سے راضی ہوگا تو اس سوکھی لکڑی پر جو اس کے پاس ہی زمین میں گاڑھی ہوئی تھی اس پر سبز پتے نکل آئے گے۔ تب مسافر نے کہا کہ دنیا سے دور رہ کر آپ رب کو کیسے راضی کر سکتے ہیں تو اس شخص نے کہا کہ اسکی ہر وقت عبادت کر کے کیونکہ لوگوں میں رہ کر وہ رب کو راضی نہیں کر سکتا تھا۔ اس مسافر شخص نے وہاں پر اپنی ایک لکڑی لگا دی اور کہا کہ یہ میری لکڑی ہے جب رب مجھ سے راضی ہوگا تو وہ اس پر سبز پتے لگا دے گا۔ اتنے میں باہر سے شور کی آواز آنے لگی۔ باہر جا کر دیکھنے پر پتہ چلا کہ ایک مسافر کی اونٹنی مر گئی ہے اور اب اسکا سامان اپنے اونٹ پر لادنے کو کوئی تیار نہیں ہے تب وہ مسافر جو عبادت گزار بندے کے پاس گیا تھا نے سب کو سمجھایا کہ وہ ہمارا ساتھی ہے اسکی اونٹنی کا مر جانا قدرتی ہے اس میں اسکا کوئی قصور نہیں اور جو کہ وہ ہمارے ساتھ اس قافلے میں اس یقین پر شریک ہوا کہ کچھ بھی برا وقت آنے پر ہم اس راستے میں اسکے لیے مددگار ثابت ہوگے تو اللہ کی رضا کے لیے ہم سب کو اسکا تھوڑا تھوڑا سامان اپنی اپنی سواری پر رکھ کر اسکی پریشانی کو دور کرنا چاہے۔ تمام مسافروں نے اسکی بات کو سمجھا اور اسکا سامان اپنی اپنی سواری پر رکھ لیا۔ عبادت گزار نے جب جھوپڑی میں واپس آکر دیکھا تو اس مسافر کی لکڑی سبز پتوں سے ہری بھری تھی تب عبادت گزار کو سمجھ آئی کہ دین و دنیا ساتھ ساتھ چلتے ہیں اور لوگوں سے گھبرا کر چھپ کر بیٹھنے والے کو رب کی رضا نہیں ملتی ہے۔ ہمیں اس بات کو سمجھنا ہوا گا کہ ہم زندگی میں جتنے بھی دھوکے کھالے ہمکو آگے بڑھنے کے لیے لوگوں پر اعتبار ہر بار کرنا ہوگا کس پر کتنا کرنا ہے کب کرنا ہے یہ فیصلہ آپکا ہوگا مگر یہ جان لے خود کو الگ کر کے ایک کونے میں بیٹھ جانے کا نام زندگی جینا نہیں ہے

33

آسان راستہ بھی ضروری ہے

ہمکو ہمیشہ ایک بات سکھائی اور بتائی جاتی ہے کہ زندگی میں جتنی مشکل اٹھاؤ گے اتنا ہی کامیابی کی جانب تیزی سے بڑھو گے۔مثال کے طور پر ایک سائیکل ریس ہے جس میں وننگ پوائنٹ تک پہنچنے کے لیے سائیکلسٹ کے پاس دو راستے موجود ہیں ایک راستہ سیدھا بنا کسی دشواری اور خطرے سے خالی مگر بہت لمبا ہے اسی طرح دوسرا راستہ چھوٹا ہے مگر انتہائی خطرناک ہے جس میں اونچے نیچے پہاڑ اور سمندری پوائنٹ سے سائیکلسٹ کو گزر کر جانا ہوگا۔اب سائیکلسٹ کے پاس دو راستے ہونے کے ساتھ ساتھ دو آپشن موجود ہیں یا تو مشکل راستہ اختیار کر کے جیت کو جیت سے پہلے یقینی بنالے اور اپنی جان کو داؤ پر لگا دے۔دوسرا آپشن آسان اور سیدھا راستہ اختیار کر کے اپنی جیت کو جیت سے پہلے شک میں ڈالے اور اپنی جان کی حفاظت کی گرنٹی لے لے اب ایسی صورت میں آپکے خیال میں سائیکلسٹ کونسا راستہ اختیار کرئے گا۔اگر سائیکلسٹ کو ایک ہی بات سکھائی گئی ہے کہ مشکل راستہ اختیار کر کے ہی وہ جیت حاصل کر سکتا ہے تو وہ وہی راستہ اختیار کرئے گا۔یہ معاملہ صرف سائکلنگ ریس میں نہیں ہے بلکہ ہماری زندگی کے ہر معاملے میں ہم یہی رویہ اپنائے ہوئے ہے وہ معاملہ صحت کا ہو تعلیم کا ہو تعلق کا ہو کاروبار کا ہو ہم ہمیشہ مشکل اور لمبے راستے کو ہی ترجیح دے گے جیسے اگر کسی شخص کو وٹامن ڈی کی کمی ہو جائے جس کے باعث وہ ریکٹس جیسی بیماری میں مبتلا ہوسکتا ہے وٹامن ڈی کی کمی کا علاج سورج کی روشنی سے پورا کیا جا سکتا ہے کیونکہ جب ہماری سکن سورج کی روشنی سے ڈاریکٹ ہوتی ہے تو ہم میں وٹامن ڈی کی کمی پوری ہوسکتی ہے لیکن ہم اس بیماری کے علاج کے لیے جب ڈاکٹر کے پاس جاتے ہیں اور ڈاکٹر ہمکو ادویات کی بجائے یہی آسان حل بتاتا ہے تو ہم اس ڈاکٹر کو ہی پاگل کہنے لگتے ہیں۔ہم سمجھتے ہیں کہ اس ڈاکٹر کو کچھ آتا جاتا نہیں اس لیے یہ ہمکو ایسے حل بتا رہا ہے لہذا ہم ایسے ڈاکٹر کو پسند کرئے گے جو خوب ہمکو دوائیوں کی ایک لمبی سی لسٹ پکڑائے اور کہیں کے یہ دوائی آپکو اسی ہسپتال کے سٹور سے لینا ہوگی پھر ہم کہتے ہیں یہ بڑا قابل ڈاکٹر ہے جو میرا علاج مہنگی مہنگی دوائیوں سے کر رہا ہے۔کیونکہ ہمارے اندر یہ مزاج بن چکا ہے کہ ہمکو آسان راستہ بیکار اور بے معنی لگتا ہے۔اسی طرح جب یہ معاملہ تعلیم پر آتا ہے تو ہمکو یہ سمجھ نہیں آ رہی ہوتی کہ ہم کونسا مضمون یا فیلڈ اختیار کرئے جس میں ہمکو خوشی اور سکون ملے اور ہم اپنی بہتر کارکردگی دکھا سکے۔ہم داخلہ لیتے ہوئے ادھر ادھر سے پوچھتے پھر رہے ہوتے ہیں کہ میں کیا کروں تو ہر کوئی اپنے اپنے تجربات بیان کر رہا ہوتا ہے۔ہم لوگوں سے پوچھنے والا تحویل عمل اپنا لیتے ہیں لیکن چند پل خود سے پوچھنے میں نہیں لگا سکتے کہ ہم کیا چاہتے ہیں یا کسی بھی ماہر کائنسلر کے پاس جا کر مشورہ نہیں کر لیتے کہ مجھے کیا کرنا چاہیے۔اسی طرح ہم کو مہنگی چیزیں زیادہ پائیدار لگتی ہیں لیکن سستی چیز معیاری ہو بھی تب بھی ہم اسکو اتفاق کا نام دے دیتے ہیں لیکن یہ کبھی یقین نہیں رکھتے کہ سستی چیز بھی اچھی اور فائدہ مند ہوسکتی ہے یہاں پر فلم تھری ایڈیٹ کا بڑا دلچسپ سین یاد آ رہا ہے جب ہیرو ہیروین کہ منگیتر سے پوچھتا ہے کہ جو گھڑی تم نے اپنی منگیتر کو گفٹ کی ہے وہ کتنی کی ہے تو وہ لاکھوں میں بتاتا ہے تب ہیرو کہتا ہے میری گھڑی اڑھائی سو کی ہے پر ٹائم تو ایک جیسا ہی بتاتی ہے۔یہی صورت حال ہم کو ہر طرف دیکھنے کو ملتی ہے چیز لاکھوں کی ہو یا ہزاروں کی کام ایک ہی کرتی ہے۔لیکن ہمارے مزاج کے مطابق لمبا راستہ، مشکل برداشت کرنا اور مہنگی اشیا کامیابی کا مطلب ہیں۔ہم کبھی کبھی ایسی

صورت حال میں ہوتے ہیں کہ ہم اپنی خواہشات کو پورا کرنے کا ارادہ بھی رکھتے ہیں لیکن مشکل راستہ اپنا نا اس وقت آپکے اختیار میں نہیں ہوتا ہے۔کافی عرصہ پہلے کی بات ہے ایک شخص کو پہاڑ چڑھنے کا بہت شوق تھا وہ کافی تیاری اور ٹریننگ کے بعد اپنی اس خواہش کو پورا کیا کرتا تھا۔اس شخص کا ایک نوکر تھا اس کو بھی پہاڑ چڑھنے کا بہت شوق تھا وہ کہتا تھا جب بھی موقع ملا ضرور جاؤں گا۔ایک دن ایک چینی گروپ آیا پہاڑ کی چڑھائی کے لیے وہ نوکر انکے ساتھ جانے کے لیے تیار ہو گیا۔جب پہاڑ پر چڑھنے کا وقت آیا تو وہ سب سے الگ اپنی رفتار کے ساتھ چڑھنے لگا کافی دور جانے کے بعد جب چینی گروپ نے اسکو آواز لگائی کہ وہ ڈینجر زون میں ہے اور کوئی بھی جانور اس کا شکار کر سکتا ہے لیکن چینی اا پنی زبان میں آواز لگاتے رہے اور وہ سمجھتا رہا وہ اس کو شاباش دے رہے ہیں کہ تم اچھا کام کر رہے ہو وہ بنا اس بات کا احساس کیے کہ وہ کسی علاقے میں ہے چینیوں کی آوازوں پر انکو ہاتھ ہلا کر شکریہ ادا کرتا رہا کہ اچانک ایک خطرناک جانور نے اس کا شکار کر لیا۔اس واقع سے آپ کیا سیکھ پائے؟ کہ آسان راستہ اس وقت چننا بہت ضروری ہوتا ہے جب ہم مشکل راستے پر چلنے کے لیے پوری طرح تیار نہ ہو آسان راستہ اس لیے چننا چاہے کیونکہ اس وقت ہمارے لیے وہی بہترین انتخاب ہوتا ہے۔جس انسان کو اپنے راستوں کا انتخاب اپنی صلاحیت کی بنا پر کرنا آجاتا ہے وہ زندگی کا ایک اہم ہنر سیکھ لیتا ہے اور زندگی تب اپنے ہونے کا حق ادا کرتی ہے جب ہم زندگی کو ایک زندگی دیتے ہیں۔ہم بنا کوشش کیے زندگی سے لاتعداد امیدیں لگائیں بیٹھے ہوتے ہیں اور یہ بے پناہ امیدیں تب تک بے کار ہیں جب تک ہم زندگی میں جان نہیں ڈال دیتے۔ہم زندگی کی آنکھ کو حسین مناظر نہیں دے دیتے، زندگی کی روح ہمارے ضبط اور توجہ کی منتظر ہے اور ہم نے خود کو نا جانے کس ڈبے میں بند کر لیا ہے جہاں سے زندگی کھل کے ہنس بھی نہیں پا رہی ہے۔ہم نے زندگی سے لاپرواہ ہو کر اسکی اصل مسکراہٹ کو اس سے چھین لیا ہے۔ہم زندگی میں کوئی بھی کام کرتے ہیں چاہے وہ کوئی ڈش بنانے کا ہی کیوں نہ ہو ہم اگر وہ بنانا چاہتے ہیں تو پہلے اس ڈش میں استعمال ہونے والے سامان کا بندوبست کرتے ہیں سامان کے تیار ہو جانے کے بعد ہم یہ دیکھتے ہیں کہ ڈش بنانے کے لیے ہمکو اجزا کی ترتیب کیا رکھنی ہے یعنی کب کونسی چیز ڈالنی ہے پہلے پیاز یا ٹماٹر ہماری ڈش دو صورتوں میں مزیدار نہیں ہوگی پہلی اگر ہم نے اس میں اجزا کی ترتیب کا خیال نہیں رکھا تو ذائقہ بہترین نہیں آئے گا لیکن ڈش کم از کم بھوک مٹانے کے قابل ہوگی لیکن لطف لے کر کھانے کے نہیں۔دوسری صورت میں اگر ہم نے اجزا کی مقدار کو کم یا زیادہ کر دیا ہے تو ڈش لازمی بد ذائقہ ہوگی اور بھوک مٹانے کے قابل بھی نہیں ہوگی۔اسی طرح زندگی بھی ایک ڈش ہے جس میں ہم نے اسکو سنوارنے کے لیے ضروری صلاحیتوں کی ترتیب غلط کر رکھی ہے۔ہم یہ جاننے کی کوشش بھی نہیں کرتے کہ اسکے لیے کن اجزا کا ہونا ضروری ہے اور انکی ترتیب کیا ہو اور اگر ہم نے ایک صلاحیت سیکھ لی ہے تو اسکی مقدار اتنی زیادہ کر دی ہے کہ زندگی بے معنی ہو گئی ہے مثال کے طور پر اگر ہم نے خود کو مثبت رکھنا سیکھ لیا ہے تو اتنا مثبت کر دیا ہے کہ محنت سے دور بھاگ گئے ہیں، اگر ایک نظریہ اپنا لیا ہے تو اسکو آخری لکیر سمجھ کر اس میں تجدید کی گنجائش کو ہی ختم کر دیا ہے بلکل اسی طرح اگر ہم نے زندگی کو مشکل مان لیا ہے تو آسان راستوں کی اہمیت ہی ختم کر دی ہے، منفیت اپنالی ہے تو اتنی زیادہ کہ مثبت باتیں کرنے والے لوگ ہم کو ڈرامے باز دکھائی دیتے ہیں، اگر ہم نے یہ مان لیا ہے کہ ہم کچھ نہیں کر سکتے تو مایوسی کو ہم نے اپنی راحت کا

وسیلہ سمجھ لیا ہے جس میں ہم آسانی سے اپنی ناکامیوں کا الزام دوسروں پر لگا کر خود کی ذمے داریوں سے آسانی سے دور بھاگ جاتے ہیں ہم زندگی کو کیسے جی رہے ہیں کبھی یہ سوال خود سے کیا ہی نہیں یہ بہت اہم سوال ہے اس کو آج ہی خود سے کیجئے یہ وہ آسان راستہ ہے جو آپکو بہت سارے مشکل راستوں پر چلنے کے قابل بنا دے گا اور اگر آپ نے اس کا جواب پا لیا تو یقین مانیں ہماری بیمار زندگی کو صحت مل جائے گی آپ اسکے معالج ہیں اسکا علاج کرئے اور کامیابی حاصل کرئے۔

خوف کو سمجھو

خوف کا لفظ بذات خود ایک خوفناک سا احساس لیے ہوئے ہے جب بھی ہم اس لفظ کو سنتے ہیں تو ایک بے تابی اور بے چینی سی محسوس ہونے لگتی ہے ایسا لگتا ہے کہ ہم ایک تنگ سی جگہ پر قید ہیں جہاں سے نکلنے کا کوئی راستہ نہیں ہے اگر کوئی راستہ ہے بھی تو وہاں پر بھی خوف کا ایک تالا لگا ہوا ہے۔ آج ہماری سوچیں بہت محدود ہو چکی ہیں اسکی وجہ ہے خوف۔ کچھ خوف پیدائشی ہوتے ہیں لیکن ایسے بہت سارے خوف ہیں جن کو ہم دنیا سے لیتے ہیں۔ آپ اکثر یہ جملے اپنے اردگرد سنتے ہوگے،، یہ نہ ہوا تو کیا ہوگا ؟؟،، یہ وہ سوال ہوتا ہے جسکا جواب ہم کو آنے والے حالات یا صورت حال سے ملنا ہوتا ہے مگر اس کے لیے ہم حال ہی میں خوفزدہ ہوتے ہیں یہ کیفیت ہماری موجودہ کارکردگی کو بہت متاثر کرتی ہے۔ ہم زندگی میں لاکھ کوشش کر لے اور بے حد محنت کر لے تب تک مطلوبہ نتیجہ حاصل نہیں ہوگا جب تک ہم خوف کو سمجھ کر اسکو دور نہیں کر دیتے ہیں۔ اس خوف کی وجہ سے ہم بہت سارے فیصلے غلط کر جاتے ہیں جن کے برے نتائج ہمکو بعد میں برداشت کرنا پڑتے ہیں۔ پچھلے دنوں میں نے اپنی دوست سے اسکی دوست کا عجیب واقع سنا جس کی شادی اسکی مقرر شدہ تاریخ سے ایک دن پہلے ٹوٹ گئی ۔لڑکی والوں نے لڑکے والوں کو انکار کر دیا۔ لڑکی کے گھر والے کافی عرصے سے رشتہ دیکھ رہے تھے مگر کہیں بات نہ بن رہی تھی۔ دن بدن عمر بڑھنے کا خطرہ ماں باپ کے دل میں آپکا وہ خوفزدہ ہو گئے کہ اتنے عرصے سے کوشش کر رہے ہیں مگر کہیں لڑکا میعار پر نہیں اتر رہا تعلیم نہیں ہے، سرکاری نوکری نہیں ہے تو کہیں اچھی شکل صورت نہیں ہے آخر ایک فیملی کچھ سمجھ میں آئی لڑکا ملک سے باہر کما رہا تھا لڑکی والوں نے سوچا کہ یہی ٹھیک رہے گا۔ مگر لڑکے والوں نے کہا کہ آپ لڑکے سے ویڈیو کال پر بات کر کے دیکھ لے وہ ملک سے باہر ہے تو شادی سے کچھ دن پہلے پاکستان آئے گا۔ لڑکی والوں نے ایسا ہی کیا۔ بات پکی ہوگئی۔ لڑکی والے زیادہ مطمئن نہیں تھے مگر لڑکی کی عمر زیادہ ہو جانے کے خوف سے اسی پر راضی تھے۔ شادی سے کچھ دن پہلے ہی جب لڑکا آیا اور انہوں نے اسکو دیکھا وہ کہیں سے بھی لڑکی کے قابل نہیں تھا۔ اب لڑکی والوں کو لگا کہ انہوں نے خوف میں آ کر غلط فیصلہ کر لیا ہے اب اگر وہ شادی سے انکار کرتے ہیں تو معاشرہ ان کو باتیں کرئے گا مگر انہوں نے سوچا کہ ایک خوف سے غلط فیصلہ کیا ہے مزید نہیں کرئے گے لہذا انہوں نے شادی سے انکار کر دیا۔ یہ مثال ثابت کرتی ہے کہ اگر ہم خوف میں ہوتے ہیں تو قوت فیصلہ ٹھیک طرح کام نہیں کرتی لیکن جب ہم خوف کی پرواہ نہیں کرتے تو اکثر ٹھیک فیصلے کرتے ہیں۔ یہی

خوف ہی ہوتا ہے جو ہمکو ایسے راستے پر لے جاتا ہے جس کے شروعات میں تو آسانیاں ہی آسانیاں ہوتی ہے مگر انجام ہمیشہ برا نکلتا ہے ۔ ہمارے ہاں عموماً کس قسم کے خوف پائے جاتے ہیں اگر میں فیل ہو گیا تو کیا ہوگا، میرے نمبر میرے کزن سے کم آئے تو کیا ہوگا، یہ خوف کے اپنے ارد گرد کے لوگوں میں نام نہیں بنا سکا تو کیا ہوگا، اگر نوکری نہیں ملی تو کیا ہوگا، مستقبل میں میری شادی نہ ہوئی تو کیا ہوگا، غریبی کا ڈر کہ کہیں لوگ طعنے نہ مارے، یہ ڈر کہ اگر انگلش اچھی نہ بولی تو کیا ہوگا، بدصورتی کا خوف کہ کوئی بات نہ کر جائے کہ تم خوبصورت نہیں ہو۔ ہم عموماً اس قسم کے خوف میں مبتلا ہو کر اپنے حال کو برباد کر رہے ہوتے ہیں یہ خوف ہماری خود اعتمادی کو دن بدن دیمک کی طرح کھا رہا ہوتا ہے اور ہم اس خوف سے بے حد خوفزدہ ہو کر معاشرے کو ہر لمحہ یہ موقع دے رہے ہوتے ہیں آؤ ہماری کامیابی کو روکو اور ہمکو ناکام بنانا تمہارے لیے بہت آسان ہو گیا ہے کیونکہ ہم خوف کی رعایا ہیں جس سمت لے جانا چاہو لے جاؤ۔ اپنے خوف کی ایک لسٹ بنائے کے آپکو کیا کیا خوف ہیں جب سمجھ جاؤ کہ یہ خوف تم کو اپنی گرفت میں لیے ہوئے ہے تو یاد رکھو یہ گرفت تب ہی ختم ہوگی تب ہی آزادی ملے گی جب تجربہ کرو گے۔ ڈر کو ڈر سے ہراؤ گے تو جیت جاؤ گے ایک ڈر وہ ہے جو آپکو ڈراتا ہے اور ایک ڈر وہ ہوتا جس سے آپ اپنے ڈر کو ڈراتے ہیں اور یہ ڈر تب پیدا ہوتا ہے جب آپ کہتے ہیں آپکی ہار بھی اپنی اور آپکی جیت بھی اپنی۔ اگر کوئی آپکو برباد کر سکتا ہے وہ آپ خود ہیں جب یہ یقین آپکے اندر پیدا ہوتا ہے تو آپکا ڈر ڈر جاتا ہے۔ اس دنیا میں دو طرح کے خوف ہیں ایک وہ خوف جو آپکا دوست ہے اور ایک وہ جو آپکا دشمن ہے۔ دوست خوف آپکے بے لگام جذبات کو کنٹرول کر کے بہت سارے غلط فیصلوں سے آپکو بچا لیتا ہے آپکے اندر کے بے ڈھنگے پن کو ختم کرتا ہے اسکو محدود کرتا ہے مثلاً اگر ایک آدمی کہتا ہے کہ اس کو موت سے ڈر نہیں لگتا تو اسکا مطلب یہ نہیں ہے کہ اسکو کوئی گولی مارنے لگے اور وہ اپنا بچاؤ کر سکتا ہو اور نہ کرئے اسکا مطلب یہ ہے کہ اسکے ذہن میں جو موت کا خوف تھا وہ ختم ہو گیا ہے موت کا جو خوف اسکو گولی لگنے سے بچاتا ہے اور اسکو فورس کرتا ہے کہ سامنے سے ہٹ جاؤ انسان کا دوست خوف ہوتا ہے

جبکہ آپکا دشمن خوف آپکو بار بار یہ احساس دلاتا ہے کہ لوگ کیا کہیں گے۔ خوف تب ہمکو کنٹرول کرتا ہے جب ہم خوف کو قبول کر لیتے ہیں جب ہم مان لیتے ہیں کہ ہم بے خوف ہو بھی نہیں سکتے۔ خوف کو سمجھنے کے لیے یہ جاننا ہوگا کہ ڈر کیا ہے کسی شاعر نے کیا خوب کہا ہے،، تجھ کو پانے میں مسئلہ یہی ہے تجھ کو کھونے کے وسوسے رہے گے،، مطلب ہم کو کوئی چیز جتنی پیاری ہوتی ہے اسکے ساتھ لگاؤ ہمارے اندر ایک خوف پیدا کرتا ہے مطلب ہماری خواہش خوف کا ذریعہ ہے جتنی خواہشیں ہوگی اتنے زیادہ خوف ہونگے۔ ہم اکثر اپنے بچوں کو کہتے ہیں کہ اگر تم نے نہ پڑھا تو تم زندگی میں ناکام ہو جاؤ گے۔ ہم اسکو ناکامی کا خوف دے کر پڑھانا چاہتے ہیں۔ اکثر بچوں سے کہا جاتا ہے کہ اگر تم اچھے نمبر نہ لے کر آئے تو تم سے تمہاری بائیک یا ٹیب لے لیا جائے گا۔ ہم ہر لمحہ اپنی بات منوانے کے لیے سزا کا خوف بچوں میں منتقل کر رہے ہوتے ہیں۔ لیکن کبھی اپنے بچوں کو پڑھنے سے محبت کرنا نہیں سکھاتے۔ یاد رکھیں خواہش خوف کی زندگی اور محبت خوف کی موت ہے۔ ہم اپنی زندگی کے بہت سارے کام خوف سے کروانا چاہتے ہیں۔ ایک کمپنی جب ملازم رکھتی ہے تو اسکو اپنے کام سے مطلب ہوتا ہے لہذا وہ اپنے ملازم کو یہ خوف دیتی ہے کہ اگر اس نے ٹھیک کام نہ کیا تو تم کو نکال دیا جائے گا۔ ماں باپ اپنے بچوں کو خوف دے رہے ہوتے ہیں

۔یاد رکھیں جولوگ آ پکوخوف دیتے ہیں انکو آپ سے محبت نہیں لگاؤ ہوتا ہے وہ آ پکو کامیاب دیکھنا چاہتے ہیں کیونکہ آ پکی کامیابی سے انکی کامیابی جڑی ہوتی ہے خوف دینے والا تو فائدے میں رہ جاتا ہے مگر خوف لینے والا کہیں کا نہیں رہتا۔ وہ خوف سے بھری زندگی گزارنے کا عادی ہو جاتا ہے۔ جیسے جیسے زندگی بڑھتی ہے ذمے داریاں بڑھتی ہیں۔خوہشات بڑھتی ہیں اور ہم پورے کے پورے خوف میں ڈوب جاتے ہیں۔آپ کسی جگہ بے خوف ہوکر تب کام کر سکتے ہو جب آ پکو کام سے محبت ہو نہ کہ اس کام سے ملنے والی تنخواہ سے لگاؤ ہو۔اگر آ پکو کام سے محبت نہیں بلکہ تنخواہ سے لگاؤ ہے تو خوف میں ڈوب کر کام کروگے لیکن جب یہی تنخواہ آ پکی محبت بنتی ہے اور وہ اس صورت میں بنتی ہے جب آ پکو اپنی اس تنخواہ سے کوئی پیشن کا کام کرنا ہو۔ پھر آپ اسکے لیے وہ کام بھی شوق سے کر رہے ہوگے جس سے آ پکو محبت نہیں ہے آج کا ہمارا نوجوان اس لیے ناکام ہو رہا ہے کیونکہ وہ خوف کے سمندر میں ہچکولے کھا رہا ہے یہ تب ہی اس سمندر کے ساحل پر پہنچے گا جب اس کو بے خوف نوکری، بے خوف کیریر اور بے خوف پڑھائی یا تعلیم دی جائے گی۔طالب علم کو کامیابی ایک ہی صورت میں کیا جا سکتا ہے جب اس کو فیل ہونے کا خوف نہیں کامیابی سے محبت پیدا ہو جائے گی۔ جینے کا ایک اور خوبصورت طریقہ جو اس مضمون میں ہمکو ملا وہ یہ کہ بے خوف جیو اور بے خوف جینے دو۔

اپنے اندر کے سکون کو پہچانو

ہم بے سکون کیوں ہیں؟ یہ کبھی پوچھا ہے آپ نے خود سے،اس مضمون کو ذرا سوچ سمجھ کے علاوہ محسوس کر کے پڑھے۔آ پکے ساتھ کبھی ایسا ہوا ہے کہ آپ ایک کام نہیں کرنا چاہتے مگر آپ ایک موڈ میں دوسرے شخص کے ساتھ اسکا عہد کر بیٹھے ہیں بلکل ایسے ہی جب ہم نے والد سے یا والدہ سے کوئی بات منوانی ہوتو ہم کہتے ہیں جب وہ موڈ میں ہونگے تو ان سے ہاں بلوا لوگا جبکہ ہم جانتے ہیں کہ وہ بات وہ نہیں مانے گے آخر کسی کا موڈ ہم کو یہ امید کیوں دیتا ہے کہ ہم اس سے کوئی بات منوا سکتے ہیں۔اس سے پہلے ہم جذبات کے معنی کو سمجھتے ہیں جذبات کو ہم حرکت میں انرجی بھی کہتے ہیں دراصل جذبات کا کنٹرول میں رکھنے کا مطلب اسکی انرجی کو منظّم کرنا ہے۔غصہ،محبت،خوشی،غم،اداسی ،مایوسی،حیرانگی وغیرہ سب جذبات ہیں۔ان میں سے جب بھی ہم ایک کی کیفیت میں ہونگے تو اگر ہم کو پتہ نہیں ہوگا کہ اسکی انرجی کو کتنا کنٹرول میں رکھنا ہے تو لازمی ہم وہ کرئے گے جو بعد میں ہمکو کاش کا لفظ بولنے پر مجبور کر دے گا۔آپ نے اکثر ایک جملہ سنتے ہونگے جذبات میں فیصلہ مت کرو۔اب سوچنے کی بات تو یہ ہے کہ ایسا کوئی وقت ہوتا ہی نہیں ہے جب ہمارے اندر کوئی ایک جذبہ موجود نہ ہو ۔جذبات کا ہمارے اندر رہنا ایک قدرتی بات ہے مگر ان جذبات کو ہمیں قابو میں کر لینے کا تعلق ان کے منظّم کرنے کے ساتھ ہے۔جذبات کی جڑ خواہش ہوتی ہے۔اگر ایک چیز کی خواہش ہمارے دل میں پڑی ہے تو اسی کے مطابق اسکے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔مثال کے طور پر آپ نے جس کالج میں چار سال پڑھا ہے وہاں پر آ پکی بہت ساری حسین یادیں ہیں دوستوں کے ساتھ گزارا ہوا وقت،کلاس کو بنک کر

کے کینٹین پر دوستوں کے ساتھ پارٹی اڑانا۔کالج سے پاس آوٹ ہوئے آپکو پانچ سال گزر چکے ہیں آپ اپنی پروفیشنل لائف میں قدم رکھ چکے ہیں آپ اپنے کالج کے دنوں کو بہت یاد کرتے ہیں۔ایک دن آپ کا گزر اپنے کالج کے سامنے سے ہوتا ہے اور آپ اپنے کالج کو دیکھ کر خوش ہوتے ہو یہ خوش ہونا ایک جذبات سے تعلق رکھتا ہے اور یہ آپ کے اندر بڑی خواہش سے نمودار ہوا۔لہذا یہ جان لے کہ ان جذبات کی پیدائش آپکے اندر سے ہوتی ہے لوگ اکثر کہتے ہیں کہ اگر میں یہ شہر چھوڑ دوں تو پرسکون ہو جاؤ گا۔میری اداسی ختم ہو جائے گی لیکن آپ شہر چھوڑ جانے کے بعد بھی ویسے رہے تو یہ ثابت ہو جاتا ہے کہ آپکی اداسی کی وجہ باہر نہیں بلکے آپکے اندر موجود ہے آپ کہیں بھی چلیں جائے خود کو، اپنی سوچ کو، اپنے احساس کو، اپنے جذبات کو تو ساتھ لے کر جاؤ گے۔حالات کو باہر سے تبدیل کرنا آپکے بس میں نہیں ہے مگر اندر سے اپنی حالت کو بدلنا آپکے بس میں ضرور ہوتا ہے۔خواہشات ایک ایسا لفظ ہے جسکو سنتے ہی ایسا محسوس ہوتا ہے کہ یہ وہ واحد شے ہے جو انسان کے معیار کو یا تو بنا دیتی ہے یا پھر بگاڑ دیتی ہے اگر خواہش کا ہمارے اندر پیدا ہونا انتخابی نہ ہو تو یہ خواہشات انسان سے اکثر ایسے فیصلے کرواجاتی ہیں جس پر ہم بعد میں بیٹھ کر سوچتے ہیں کہ ہمکو ایسا نہیں کرنا چاہے تھا۔لیکن وہ خواہش جس کا ہم خود انتخاب کرتے ہیں وہ اکثر ہمارے قوت فیصلہ کو بڑھا دیتی ہے اور انتخابی خواہش لالچ سے پاک ہوتی ہے۔جب ہم ایسی کیفیت میں ہوتے ہیں کہ ہم صرف نتیجے پر فوکس کر رہے ہوتے اکثر سفر بے رونق ہو جاتا ہے۔جیسے اگر آپکو آفس سے کو اسائمنٹ ملی ہے اب آپکی صرف یہی کوشش ہے کہ بس کسی طرح یہ وقت گزر جائے اسائمنٹ بن جائے اور آفس میں پیش کر دی جائے آپکی خواہش بس اس اسائمنٹ کا نتیجہ ہے ۔آپ اسائمنٹ بناتے وقت بھی صرف اس بات پر فوکسڈ رہو گے اور اسائمنٹ بنانے کے دوران جو قیمتی باتیں آپ سیکھ سکتے تھے جو آنے والی اسائمنٹ کو بہترین بنانے میں مدد دے سکتی تھی آپ نے وہ نہیں سیکھا۔کیونکہ آپکے اندر کچھ پانے کی خواہش تھی کچھ سیکھنے کی خواہش نہیں تھی۔آپ یقین مانے آپ کسی بھی شعبے سے تعلق رکھتے ہیں تو خود کو اپنے اس کام میں ماہر بنانے کی خواہش پال لے بشرطیکہ وہ کام آپکا پیشن ہو تو آپ وہ پا لے گے جو حقیقت میں آپکا ہے۔ہم زندگی میں بے شمار غلطیاں کرتے ہیں مگر ان غلطیوں کو دوبارہ کرنے سے صرف وہ لوگ بچے رہتے ہیں جن کا دماغ انکے کنٹرول میں ہوتا دماغ ایک بچہ ہے جسکو آپ جو بولو گے وہ سنے گا اور مانے گا۔دماغ کنٹرول میں تب آتا ہے جب خواہشات میں ہم انتخابی ہو جاتے ہیں اور جب ہم اس قابل ہو جائے تو کوشش کرے وہ لاتعداد تمنائیں جو سمندر کی لہروں کی طرح ہمارے اندر چھالیں مار رہی ہیں اور ہم انکی وجہ سے خوشگوار زندگی کی چھاؤں سے محروم ہو گئے ہیں ان کو نکال باہر کرے اور اس خواہش کے ساتھ جڑ ئے جو ہمکو ہمارے کام اور شعبے میں صرف ماہر نہیں بلکے ہمکو بادشاہ کر دیں۔جب ہم کہتے ہیں کہ بس چاہے تب ہم اپنے آس پاس کے لوگوں کو استعمال کرتے ہیں اور یہ چاہے والی کیفیت تب پیدا ہوتی ہے جب ہمکو یہ پتہ نہیں ہوتا کہ ہم کو حقیقت میں چاہے کیا ہمکو یہ جاننے کے لیے خود کو اندر سے پرسکون کرنا ہو گا اور یہ تب ہو گا جب ہم اپنے مشاہدے کو بہت بڑا کر لے آج سے یہ سوچ بدل دے کہ اچھی زندگی پیسے سے حاصل ہوتی ہے نہیں دوستو۔اچھی زندگی زیرو سے شروع ہوتی ہے۔وہ زیرو جو آپکے اندر ہے جسکی جڑ ایک مثبت سوچ ہے مثبت سوچ بے لگام خواہشات کی لگام ہے اور یہ لگام آپکے اندرونی سکون کو جگا دیتی ہے اور آپکا مشاہدہ گہرا ہو جاتا ہے آپکی سوچ ایک

دائرے سے نکل کر پوری کائنات میں پھیل جاتی ہے اور آپ زیرو سے ہیرو بن جاتے ہو۔زیرو سے ہیرو بنے کا صرف ایک ہی طریقہ ہے اپنے اندر کے سکون کو پہچانو

اپنے احساسات کے استاد بنو

ہم میں سے اکثر لوگ اپنے احساسات کے غلام ہوتے ہیں۔اس دنیا میں سب لوگ بہت کچھ کرنا چاہتے ہیں وہ یہ خواہش رکھتے ہیں کہ ان کو بھی کامیاب کہا جائے ان کا بھی نام ہو۔اس کے لیے آئے روز وہ خود سے بے شمار عہد کرتے ہیں کہ آج وہ اپنے مقصد کے لیے یہ کرئے گے وہ کرئے گے مگر پہلا دن بھی گزر جاتا ہے دوسرا بھی گزر جاتا ہے آئے دن عہد ٹوٹتے اور بنتے رہتے ہونگے۔آپ سوچتے اور سمجھتے ہیں کہ آپ کوشش تو بہت کرتے ہیں مگر پھر بھی ناکام ہوجاتے ہیں آخر اس کی کیا وجہ ہے آپ کبھی خود کو کوستے ہیں کہ میری قسمت ،مقدر اور نصیب ہی ایسا ہے کہ مجھے ہر طرف سے ناکامی ملتی ہے۔لیکن آئے ایک حقیقت پر بات کرتے ہیں آپ اپنے اندر ایک ایسی چیز دیکھتے ہیں جو تھوڑے تھوڑے وقت میں تبدیل ہورہی ہوتی ہے وہ ہیں فیلنگز آپ کبھی اچھا محسوس کررہے ہوتے ہیں اور کبھی برا۔جو لوگ اپنے پیشن ،کام،مقصد سے ایماندار ہوتے ہیں وہ ان آتے جاتے احساسات سے خود کو بڑے صبر کے ساتھ گزارتے ہیں مگر اپنی اس لائن سے نہیں ہٹتے اس پر قائم رہ کر کامیاب ہونے کا انتظار کرتے ہیں۔ہم ایک طالب علم کی مثال لیتے ہیں۔اس کے پاس مقصد ہے امتحان میں پاس ہونا اسکے امتحان میں تین دن باقی ہیں اور سلیبس پورا تیار کرنا ہے۔اب وہ امتحان کی تیاری کے دوران مختلف احساسات سے گزر رہا ہے کبھی پڑھنے کو دل کررہا ہے کبھی نہیں کررہا اب یہ صورت حال کے مطابق دو طرح کے احساس ہیں اچھے اور برے اگر وہ اپنے برے احساس کا غلام بنے گا اور پڑھائی کو چھوڑ دے گا تو یقیناً وہ پورا سلیبس تیار نہیں کرسکے گا اور وہ کمرہ امتحان میں پورے اعتماد کے ساتھ نہیں بیٹھے گا اور زیادہ چانس ہیں کہ وہ ناکام ہوجائے۔لیکن اگر وہ ان دونوں احساسات کو سنبھال کر ہر حال میں اپنی پڑھائی جاری رکھے گا تو وہ ضرور کامیاب ہوگا۔کیونکہ کے اچھے برے احساسات عارضی ہوتے ہیں یہ ایک دوسرے کی جگہ لیتے رہتے ہیں مگر وقت ایک دفعہ گزر جائے تو واپس اسی جگہ نہیں آتا۔یہی صورت حال جب کسی رشتے میں آتی ہے تو ہم اکثر اپنے قیمتی سے قیمتی رشتے خراب کر بیٹھتے ہیں کیونہ ہم اسی لمحے کے برے احساس کے غلام بن جاتے ہیں اور اسکے مطابق عمل کرتے ہیں اور جب تک دوبارہ ہمکو اس رشتے سے متعلق اچھا محسوس ہوتا ہے تب پتہ نہیں آپکو معافی کا موقع ملتا بھی ہے کہ نہیں۔

ہم احساس کی قید میں کب آتے ہیں

ہم خود کو احساس کی قید میں تب دے دیتے ہیں جب ہم سمجھتے ہیں کچھ بھی آپکے کنٹرول میں نہیں۔جب بھی آپ کچھ برا محسوس کرتے ہیں آپکا دماغ خود کو ایک اچھے احساس کی تلاش میں لگالیتا ہے ایسے میں آپکے لیے کام اور مشکل ہوجاتا ہے کیونکہ آپکو اس وقت اپنے دماغ کو راضی

کرنا ہے کہ وہ اسی فیلنگ کو اس وقت تک برداشت کرئے جب تک وہ اپنا اثر چھوڑ نہیں دیتی اگر آپ خود کو بدلنا چاہتے ہیں تو آپکو اپنے یقین کو بدلنا ہوگا آپ جو رویہ اپناتے ہیں اسکے پیچھے چار چیزیں موجود ہوتی ہیں یقین، احساسات، جذبات اور انرجی اب یہ کس طرح کام کرتے ہیں۔یقین وہ چیز ہے جو آپکو لوگوں یا چیزوں کے بارے میں اپنی رائے بیان کرنے میں مدد دیتی ہے۔احساس کیا ہے یہ آپکے کسی بھی جذبے سے حاصل ہونے والا اثر ہے یا پھر آپکے کسی بھی جذبے کو پیدا کرنے کا ذریعہ ہیں۔جذبات کیا ہیں غصہ، محبت، دکھ، خوشی، غم، اداسی، مایوسی، سکون وغیرہ۔انرجی سے مراد ہے کہ آپکے جذبات کس شدت اور مقدار سے ظاہر ہوتے ہیں۔اب اسکو ایک مثال سے سمجھتے ہیں۔ایک بچہ جسکو بچپن کچھ ایسے احساسات ملے کہ اس کے والدین اس سے محبت نہیں کرتے تو وہ اسی یقین کے ساتھ بڑا ہو جاتا ہے والدین محبت نہیں کرتے یہ ایک اسکے دماغ میں بیٹھا یقین ہے اب یہی یقین اسکے اندر دکھ یا غم کا احساس پیدا کرئے گا اب وہ اس دکھ کو صرف آنکھوں میں ہلکے سے آنسو لا کر ظاہر کرتا ہے یا شدت میں آ کر چیختا چلاتا ہے یہ اب اس انرجی پر جو اسکے کنٹرول میں ہے یا اس سے باہر ہے۔آپکی زندگی میں دو طرح کہ یقین ہیں ایک وہ جو آپکے اندر موجود ہے اور آپکو چلا رہا ہے اور آپکو آگے بڑھنے سے روک رہا ہے آپکے اندر خالی پن پیدا کر رہا ہے۔ایک وہ یقین جو آپکی زندگی کے مقصد سے جڑا ہے یہ یقین علم سے پختہ اور بڑا ہوتا جائے گا جب علم بڑھتا ہے تو آپ میں اعتماد بڑھتا ہے آپ اپنے مقصد کے قریب جاتے چلے جاتے ہیں آپکا مقصد آپکی زندگی بن جاتا ہے اور ایک دن زندگی خود آپکو وہ بنا دیتی ہے جس کے لیے آپ پیدا ہوئے تھے۔جب آپ اپنے احساسات کے استاد بن جاتے ہو پھر آپ انکو روک سکتے ہو۔آپ آنکھیں بند کرتے ہو کچھ لمحے کے لیے خود کو خود میں روکتے ہو ایک ٹھراؤ کا احساس پیدا کرتے ہو اور سوال کرتے ہو کیا ٹھیک ہے تو اندر سے آواز آتی ہے کہ تم کیا ہو۔جب جان لو کہ زندگی میں کس چیز کے ماہر بننا چاہتے ہو تو اچھا لگے یا برا لگے روکنا نہیں ہے چلتے رہنا ہے تب ہی وہ بنو گے جو بننے آئے تھے بس آج سے آپ احساس کے ساتھ نہیں بلکے احساس آپکے ساتھ چلنے چاہے تب ہی زندگی کے جینے کا طریقہ حاصل ہوگا۔

رشتوں کو برائے نام ہونے سے بچا لے

رشتے زندگی کے درخت کی جڑ ہوتے ہیں انہی کے ہونے سے ہم زندگی کو خوبصورت نظر سے دیکھ سکتے ہیں جب یہ سچے مخلص اور احساس سے بھرے ہوتے ہیں تب ہمارے لیے سکون کا باعث ہوتے ہیں مگر جیسے ہی یہ لا پرواہی اور نظر اندازی کا رویہ اختیار کرتے ہیں تو یہ ہماری زندگی کو بے معنی بنا دیتے ہیں۔ ہم ہر کام میں الجھنے لگتے ہیں خاص کر اس وقت جب ہمارے کسی بہت قریبی رشتے سے ہمارے نظریات کی 35 ٹکر ہو جاتی ہے۔ ایک موضوع ہوتا ہے لیکن گھر کا ہر فرد اپنی اپنی بتانے لگتا ہے کوئی کسی دوسرے کی بات سننے کو تیار نہیں ہوتا ایسے میں دل میں منفیت اور نفرت اپنی جگہ بنا کر ڈیرہ ڈال کر بیٹھ جاتی ہے۔ سب سے پہلے تو ہم کو یہ بات اپنے دماغ میں پختہ کر کے بٹھا لینی چاہے کہ ہمارے قریبی رشتوں میں کوئی برا نہیں ہوتا سب اچھے ہوتے ہیں۔ جیسے ماں اور اولاد کا رشتہ، باپ اور اولاد کا رشتہ، بہن کا بھائی کے ساتھ ،ساس اور بہو کا رشتہ، سسر اور داماد کا رشتہ اور دیگر قریبی رشتے ہوتے ہیں جن سے ہمارا خاندان میں سب سے زیادہ واسطہ پڑتا ہے۔ ہم اپنے انہی قریبی رشتوں کے ساتھ رہنا بھی چاہتے ہیں مگر اپنی زندگی کی سب سے بڑی غلط فہمی اور بے چینی بھی انہی کی وجہ سے پال لیتے ہیں ۔آج گھر کے چھ لوگ ہیں تو وہ بھی خود کو تنہا اور اکیلا محسوس کرتے ہیں اور اگر دو بھی ہیں تو وہ بھی تنہائی کا شکار ہیں۔ کیونکہ وہ سمجھتے ہیں کہ دور رہ کر وہ ہر قسم کے جھگڑے سے بچے رہے گے مگر وہ خوش پھر بھی نہیں رہتے بلکہ خود کو اور زیادہ تکلیف میں ڈال لیتے ہیں۔ جب ہم ایک فیملی میں رہ رہے ہوتے ہیں تو وہاں پر نقطہ نظر میں ایک دوسرے سے مختلف ہونا ایک قدرتی بات ہے۔ لیکن انہی کی بنیاد پر اختلافات پیدا ہوتے ہیں اور رشتے خراب ہوتے ہیں۔ آپ سب کے ساتھ ایسا ہوتا ہوگا کہ اگر آج سے کچھ عرصہ پہلے آپکی کسی بات پر اپنے کسی بھی قریبی رشتے سے لڑائی ہوئی ہے اسکے بعد آپ ایک دوسرے کے ساتھ نارمل طریقے سے چل رہے ہیں مگر اچانک ایک اور بات پر اختلاف ہوتا ہے تو آپ موجود اختلاف کے ساتھ ماضی میں ہونے والے اختلاف کو یاد کر کے بھی لڑائی کو بڑھائے گے یا سامنے والا یہی رویہ اختیار کرئے گا ۔اس طرح مسئلہ حل ہونے کی بجائے مزید بڑھ جائے گا۔ ایسے میں آپ اپنی سناتے رہے گے اور وہ اپنی نہ آپ اسکی سننے کو تیار ہیں نہ وہ آپکی سننے کو تیار ہے اس طرح حالات بے شک نارمل ہو جائے گے مگر اس جھگڑے کا اندرونی اثر لاشعوری طور پر کہیں نہ کہیں موجود رہے گا ۔اس سے رشتے مظبوط نہیں بلکہ مزید کمزور ہوتے چلے جاتے ہیں پھر وہ خون کے رشتے ہو یا میاں بیوی کا رشتہ ہو برائے نام رہ جاتا ہے ۔ایسے میں اگر آپ رشتوں کو خوبصورت بنانے کے تین اصول سیکھ لے تو آپ کے لیے اپنوں کے دلوں میں رہنا آسان ہو جائے گا۔ پہلا خود کو سننے والا بنا لے یا سامنے والے کو آپکی بات سننے پر راضی کر لے۔ اگر آپ خود کو سننے والا بنا رہے ہیں تو خود کے اندر اتنا صبر رکھے کے سامنے والے کی بات کو مکمل ہونے دے اور اسکے بات کرنے کے دوران ان باتوں پر غور کرئے جس میں اس نے رشتے کو مضبوط کرنے پر روشنی ڈالی ہو۔ اور اگر آپ نے سامنے والے کو سننے پر راضی کر لیا ہے تو کوشش کرئے ایسے الفاظ استعمال کرئے کے سننے والا تحمل سے آپکی بات سنتا رہے۔ دوسرا اصول کچھ دیر کی دوری اختیار کر لے۔ اگر سامنے والا آپکی سننے کو تیار نہیں ہے اور جو باتیں وہ کر رہا ہے اسکو تعلق

جھگڑے ہونے والی بات سے ہے،ہی نہیں بلکہ وہ ماضی کی تمام باتیں لے کر بیٹھ گیا ہے اور آپکے لیے اسکو سننا نا قابل برداشت ہے تو بجائے سامنے والے کے ساتھ بحث کرنے کے کچھ دیر کے لیے اس سے دور ہو جائے۔اس سے یہ ہوگا کہ دو تین دن کے بعد مسئلہ خود بخود ہی ختم ہو جائے گا جس بات پر جھگڑا ہوا تھا وہ پوائنٹ اور وجہ اپنی اہمیت خود بخود کھو دے گے۔تیسرا اصول سامنے والے کے پسندیدہ موضوع پر بات کرئے۔جب آپ کا کسی سے جھگڑا ہو گا تو پہلے دونوں اصول میں سے کسی ایک کو لاگو کرنے کے بعد آپ یہ تیسرا اصول ضرور استعمال کرئے۔آپ اس کے پاس جائے جب وہ اچھے موڈ میں ہو تو اسکے ساتھ اسکے پسندیدہ موضوع پر بات کرئے اور وہ جتنا بول سکتا ہے اسکو بولنے دے یہاں تک کہ اسکے پاس کچھ بولنے کو رہ ہی نہ جائے تو وہ خود کو ہلکا محسوس کرئے گا اور آپکے لیے بہت اچھا محسوس کرنے لگے گا۔اس سے اگر جھگڑے کا کوئی اثر اسکے لاشعور میں موجود بھی ہوگا تو وہ ختم ہو جائے گا۔آج سے اپنے پیاروں کے ساتھ جھگڑوں کو سلجھانے کے یہ طریقے اپنائے اور رشتوں میں ایک بائنڈنگ پیدا کرئے،یقین،اعتماد،پرواہ،وقت اور محبت کسی بھی رشتے کے درخت کے بیج ہیں اور انہی کے کم یا زیادہ ہونے سے رشتے کے درخت پر مختلف موسم آتے ہیں۔کبھی غم کا،کبھی خوشی کا،کبھی ناراضگی کا تو کبھی راضی ہونے کا کوشش کرئے ان موسموں کی مدت بڑھنے نہ دے ورنہ محبت کو نفرت میں اور نفرت کو بے حسی میں اور بے حسی کو لاتعلقی میں بدلتے دیر نہیں لگے گی۔رشتوں کو مزید مضبوط کرنے کے لیے ضروری ہے کہ آپ دو باتوں کو سمجھے پہلی جو جیسا ہے اسکو ویسا قبول کرو دوسری امیدیں اور توقعات رکھنا چھوڑ دے۔

جو جیسا ہے اسکو ویسا قبول کیسے کرئے

ہم سب جانتے ہیں کہ گھر کا ایک فرد دوسرے فرد سے بہت مختلف ہوتا ہے اور یہ ایک قدرتی بات ہے مگر پھر بھی ہم کہہ رہے ہوتے ہیں تم مجھے کیوں نہیں سمجھتی یا تم مجھے کیوں نہیں سمجھتے۔جیسا میں ہوں ویسے تم کیوں نہیں ہو سکتے۔جیسا میں سوچتا ہوں ویسا تم کیوں نہیں سوچ سکتے اس طرح کے رویے،سوچ اور الفاظ ہمارے رشتوں میں تناؤ پیدا کرتے ہیں۔ہم سمجھتے ہیں اگر گھر کے تمام لوگ ایک جیسے ہو جائے گے تو تمام مسئلے ختم ہو جائے گے جب کہ ہمارا یہی سوچنا ہی ہمارے لیے اور ہمارے اردگرد کے لوگوں کے لیے وبالِ جاں بنا ہوتا ہے۔حقیقت تو یہ ہے کہ رشتے نبھانے کے لیے آپکو نہ تو دوسرے کے مطابق ہونے کی ضرورت ہے اور نہ ہی دوسرے کو اپنے مطابق کرنے کی ضرورت ہے رشتوں کی خوبصورتی ایک دوسرے سے مختلف ہونے میں ہی ہے اگر دو لوگ ایک جیسے ہو جائے تو زندگی میں بوریت کے سوا کچھ باقی نہیں رہ جائے گا۔آپ خود سوچے ایک معلومات آپکو پہلے سے پتہ ہیں اگر آپکو بار بار وہی معلومات دی جا رہی ہوں تو آپکے لیے اسکو برداشت کرنا مشکل ہو جائے گا۔جیسے ٹی وی پر ایک ہی ڈرامہ بار بار اور لگاتار دکھایا جا رہا ہو تو آپ کے لیے اسکو دیکھنا عذاب ہو جائے گا۔بلکل اسی طرح آپکے ساتھ رہنے والے لوگ بھی آپکی ہی طرح کی معلومات،سوچ،رویہ،عادات رکھتے ہو گے تو آپکے لیے روزانہ ایک جیسی ہی چیز کو اپنے سامنے ہوتے دیکھنا بور بھی کرئے گا اور عجیب بھی لگے گا۔اگر ہمارا کوئی عزیز ہمارے جیسا ہی ہو تو اس سے محبت اور اہمیت کا اظہار مشکل ہو جاتا ہے بلکہ ناممکن ہو جاتا ہے مثال کے طور پر آپکو چکن ہانڈی پسند ہے اور آپکے عزیز کو بھی چکن ہانڈی پسند ہے تو آپ جس دن

بھی گھر میں چکن ہانڈی بناتے ہیں بھلے آپ نے اپنے لیے نہیں بلکے اپنے اس عزیز کے لیے بنائی ہوگی تو آپ اس پر کیسے ظاہر کرئے گے آپ نے خاص طور پر اس کے لیے یہ بنایا ہے۔لیکن جب آپکے عزیز کو یہ پتہ ہوگا کہ آپ چکن ہانڈی زیادہ پسند نہیں کرتے تو وہ فوراً سے سمجھ جائے گا کہ یہ سب آپ نے اس کے لیے کیا ہے تو وہ جب دیکھے گا کہ آپ نے اس کو اہمیت دی تو وہ خوش ہوگا اور رشتے میں مضبوطی کا پیدا ہونا لازمی ہو جائے گا۔اور یہ سب کیسے ممکن ہو پایا سوچے ذرا یہ صرف اور صرف آپکے ایک دوسرے سے مختلف ہونے پر ہو پایا۔اس لیے جو جیسا ہے اسکو ویسا قبول کرئے تاکہ آپ بھی خوش رہے اور آپکے ساتھ رہنے والے سب لوگ بھی خوش رہے اور زندگی کو زندگی ملتی رہے

امیدیں اور توقعات رکھنا چھوڑ دے

امید اور توقعات ہم کو اکثر خود غرضی کا رویہ اختیار کرنے پر مجبور کر دیتے ہیں۔جب ہم دیکھتے ہیں کہ دوسرے سے جو ہم چاہ رہے تھے اس نے ویسا ہمارے لیے نہیں کیا ہے تو ہمکو دکھ ہوتا ہے اس دکھ میں ہم چیختے ہیں چلاتے ہیں اور اکثر دوسرے سے لاتعلقی کا اعلان کر دیتے ہیں ۔ہم امیدیں اور توقعات کب باندھ لیتے ہیں جب ہم مانگتے ہیں۔محبت، ساتھ، یقین، اعتماد، اہمیت، قبولیت، سراہنا، دوسروں سے خود کو پسند کرنے کی خواہش کرتے ہیں۔ہم سمجھتے ہیں یہ سب مانگنے سے ہمکو مل جائے گا اور جب یہ ملے گا تو ہم مکمل ہو جائے گے ہمکو سکون اور خوشی میسر آجائے گی۔بعض اوقات ہمکو دوسروں سے محبت، یقین، اعتماد، ساتھ، پسندیدگی اور اہمیت مل رہی ہوتی ہے مگر پھر بھی ہم کسی خالی پن کا شکار ہوتے ہیں۔ہمارے اندر کوئی پیاس موجود ہوتی ہے جو دنیا جہاں کی محبتیں اور اہمیت حاصل ہو جانے کے بعد بھی بجھی نہیں ہوتی ہے۔مطلب توقعات کا پورا ہونا اور نہ ہونا بھی ہمارے اندر کے خالی پن کو دور نہیں کر سکتا جب تک لینے کے راستے کھلے اور دینے کے راستے تنگ رکھتے ہیں۔ہم دنیا کو برا بھی کہتے ہیں اور خود کو دنیا جیسا کر بھی لیتے ہیں کیونکہ ہم صرف لینے کی چاہ رکھتے ہیں دینے کی نہیں جب ہم کسی سے امید رکھتے ہیں کہ وہ مشکل وقت میں ہمارا ساتھ دے گا اور وہ نہیں دے پاتا یا ساتھ نہیں دیتا۔تو ہم بلکل اس جیسا رویہ اپنا لیتے ہیں ہم کہتے ہیں اس نے میرا ساتھ نہیں دیا میں اسکا نہیں دوگا۔روح کے برتن اور کھانے کے برتن میں یہ فرق ہوتا ہے کہ کھانے کے برتن سے جتنا کھانا نکالتے جائے گے برتن خالی ہوتا جائے گا جبکہ روح کے برتن سے جتنی دوسروں کے لیے محبت، پرواہ، خیر خوائی، ہمدردی، چاہت وقف کرتے رہو گے روح کا برتن اتنا زیادہ محبت، پرواہ، خیر خوائی، ہمدردی، رحمدلی اور دوسروں کے لیے چاہت سے بھرتا چلا جائے گا۔جسم کی پیاس پانی پینے سے ختم ہوتی ہے جبکہ روح کی پیاس دوسروں کو اپنے کشکول سے پانی پلانے سے بجھتی ہے۔خوش نصیب ہیں وہ لوگ جن کو روح کی پیاس کا احساس ہوتا ہے اور وہ اسکو بجھانے کے خدا کی راہ تلاش کرتے ہیں۔جو لوگ روح کی پیاس بجھانے نکلتے ہیں وہ اپنی زندگی کی پریشانیوں، غموں اور تکلیفوں کا گلہ دوسروں سے نہیں کرتے۔وہ خدا سے سوال نہیں کرتے بلکے اسکے در کے سوالی بن جاتے ہیں۔ہم سمجھتے ہیں کہ ہمارے دکھ اور تکلیف کی وجہ دوسرے لوگ ہیں ہمارے اپنے رشتے دار، ہمارے ماں باپ، بہن بھائی، شوہر، بیوی یہ سب ہمارے دکھوں کا ذریعہ ہیں اگر یہ ہم جیسے ہوتے تو ہمکو تکلیف نہ ہوتی۔اسی اگر نے ہمکو زندگی کے اصل مطلب سے دور کر دیا ہے۔رشتوں میں تناؤ پیدا ہی تب ہوتا ہے جب ہم چاہتے ہیں کہ جو میں چاہتا وہ ہی ہو۔آپ نے کبھی غور کیا ہے آپ اصل میں چاہتے کیا ہیں۔آپ سمجھتے ہیں کہ

اگر آ پکو چکن ہانڈی پسند ہے اور گھر میں وہی بنا دی جائے تو آپ راضی ہو جائے گے آ پکو سکون اور ایک امن کی حالت میسر آ جائے گی ۔آ پکو اس وقت وقتی خوشی تو مل سکتی ہے مگر مستقل سکون میں آپ نہیں رہے گے اگر آپ صرف لینے کا رویہ رکھتے ہیں تو آپ اگلے دن پھر یہ خواہش دل میں لیے بیٹھے ہو گے کہ آج پھر آ پکی پسند کا خیال رکھا جائے اور اس خیال کی امید کا انحصار دوسروں پر ہے جب ہم امید اور توقعات باندھ لیتے ہیں اس کا مطلب ہے ہم اپنے احساسات کو دنیا اور دوسروں کے تابع کر لیتے ہیں اب دوسرے جو کرئے گے ویسا ہو گا ۔وہ آ پکو خوش کرئے گے تو آپ خوش ہونگے اگر وہ آ پکو دکھی کرئے گے تو آپ دکھی ہو جائے گے اس طرح آ پکو نہیں لگتا کہ اپنے

احساسات دوسروں کے تابع کر کے آپ اپنے خوش رہنے کی آزادی دوسروں کو دے دیتے ہیں جب بھی ہم خوش ہونے کا انحصار دوسروں کے ردعمل پر کرتے رہے گے ہم کبھی خوش نہیں رہ سکے گے ۔دینا سیکھو چاہے وہ یقین ہو، محبت ہو، پرواہ ہو، عزت ہو، ہمت ہو، وقت ہو، پیسہ ہو، مشورہ ہو، مثبت سوچ ہو، معاف کر دینا ہو، علم ہو۔ کیونکہ یہ وہ ذرائع ہیں جو دوسروں کو دینے سے آپ خوش رہ سکتے ہو اصل سکون میں رہ سکتے ہو۔آج سے امید اور توقعات رکھنے کا رویہ چھوڑ و اور قبولیت اور دینے کا رویہ اپناؤ۔یقین مانو جو تمکو دوسروں کے عمل سے ملنا ہے وہ آ پکو اپنے عمل سے ملنے لگے گا۔آ پکی خوشی، آپکا سکون، آپکا اعتماد سب آ پکو آ پکی ہی وجہ سے مل سکتے ہیں۔

سب کو خوش رکھنا ناممکن ہے

آج آپ اپنی عمر کا اندازہ لگائے آپ کتنے سال کے ہو چکے ہیں۔اپنی عمر کے سالوں کا اندازہ لگانے کے بعد سوچے کے آ پکے سماجی دائرے میں کتنے لوگ موجود ہیں۔ان میں سے کتنے لوگ بچپن سے آ پکے ساتھ ہیں اور کتنے لوگ آج سے پانچ سال پہلے آ پکی زندگی میں آئے اور کتنے تین سال پہلے اور کتنے دو سال پہلے آئے۔ان میں سے چند ایک لوگ ایسے ہو گے جن کو آپ نے خوش رکھنے کے لیے انکی توقعات پر پورا اترنے کی کوشش کی ہو گی جیسا وہ چاہتے ہونگے آپ نے ویسا ہی کیا ہو گا کیا آج وہ لوگ آپ سے خوش ہیں؟ اگر ابھی خوش ہیں تو کیا آپ یقین سے کہہ سکتے ہیں کہ وہ ہمیشہ آ پکے ساتھ خوش رہے گے؟۔حقیقت یہ ہے کہ سب کو خوش رکھنا تو دور انسان پوری زندگی کسی ایک انسان کو بھی خوش نہیں رکھ سکتا ہے کیونکہ جب تک انسان زندہ ہے اسکی خواہشات اور توقعات بدلتی رہتی ہیں یہ کبھی ایک جیسی نہیں رہتی اگر ایک خواہش پوری ہو گی تو دوسری اپنی باری کا انتظار کر رہی ہوتی ہے۔اب سوچنے کی بات یہ ہے کہ اگر ہم کسی ایسے انسان کو خوش نہیں رکھ سکتے جس کا خوش رہنا آ پکے لیے بہت ضروری ہے تو ایسے میں آپ کیا کرئے۔کیونکہ آپ اس حقیقت کو جان چکے ہیں کہ کسی ایک شخص کو بھی آپ ایک وقت میں خوش رکھ سکتے ہیں ہمیشہ خوش رکھنا ناممکن ہے۔تو اسی صورت میں آپ ایک اور بات بھی جان لے کہ آپ کی اندر کی دنیا کا پر سکون رہنا بہت ضروری ہے اور وہ تب رہے گی جب آ پکے اندر خود کو بدلنے کی خواہش پیدا ہو گی اور دنیا کو بدلنے کی خواہش نکل جائے گی۔آپ دنیا کو نہیں بدل سکتے جب تک خود کو نہ بدل لے۔جب آپ اندر کی دنیا کو دوسروں کو بدلنے کے لالچ سے پاک کر لے گے تو آپ تب بھی پریشانی سے بچے رہے گے جب کسی کی توقعات پر پورا نہ اترنے پر آ پکو دوسروں کی ناراضگی کا سامنہ ہے بس آ پکو یہی خود کو یاد دلواتے رہنا ہے کہ آپ دوسروں کو نہیں بدل سکتے اور خواہشات کا کبھی انجام نہیں ہو سکتا۔یاد رکھیں جینے کا مزہ تب آتا ہے جب رشتے

آپ کو خوش رہنا ہوگا

دنیا میں ایک چیز ہے جسکی تلاش ہر جگہ ہر لمحہ جاری رہتی ہے چاہے وہ کسی غریب کے گھر میں مل جائے یا کسی حاکم وقت کے گھر میں بھی نہ ملے ۔یہ چیز دائمی نہیں ہوتی ۔اسکے دائمی ہونے کا ایک وقت مقرر ہے، دنیا اسکی تلاش میں ہر قربانی دینے کو تیار ہوتی ہے ۔ ہر جائز و ناجائز کام کرنے کو تیار ہوتی ہے وہ چیز کیا ہے وہ چیز خوشی ہے ۔ یہ وہ چیز ہے جو کہیں سے بھی مل جاتی ہے لیکن ہر جگہ نہیں مل سکتی ۔ہم لوگ خوشی کا تعلق جن چیزوں سے بناتے ہیں کیا اصل میں وہ خوشی کی وجہ ہیں ۔ کیونکہ ہم میں سے اکثر لوگ دوسروں وکو دیکھ کر کہتے ہیں کہ وہ ہم سے زیادہ خوش ہیں ۔اس بات کا اندازہ ہم زیادہ تر اسکے پاس موجود چیزوں سے لگاتے ہیں ۔ہم نے مفلسی کو دکھوں اور دولت کو خوشی سے باندھ رکھا ہے ۔ہم آئے روز یہ کہتے ہیں کہ فلاں چیز میں جب حاصل کرلوں گا یا گی تو خوش ہو جاؤ گی اور پھر ایک وقت ایسا آتا ہے ہم وہ چیز حاصل کر لیتے ہیں مگر پھر بھی ناخوش رہتے ہیں کیوں ۔ یہ ایک خوشی اور سکون کی تلاش ہی ہے جو اپنے ڈھونڈنے والے کو بادشاہ سے غلام اور غلام کو بادشاہ بنا دیتی ہے ۔اب ہم میں سے وہ لوگ جو خوشی کو صرف بادشاہت سے جوڑے بیٹھے ہیں وہ بادشاہ سے غلام بننے والے کے لیے خوشی کو بری چیز مانے گے ۔خوشی کے معنی ہر کسی کے لیے ایک جیسے ہیں کہ وہ احساس جو ہمکو اچھا اور بہترین محسوس کروائے وہ خوشی ہے ۔

خوشی کی تلاش کیوں جاری رہتی ہے

خوشی کی تلاش ایک ایسا عمل ہے جو تمام عمر جاری رہتا ہے لیکن یہ تلاش کیوں جاری رہتی ہے اسکو سمجھنا بہت ضروری ہے ۔اسکی پہلی وجہ یہ ہے کہ ہم نے خوشی کو چیزوں سے جوڑ رکھا ہے اور چیزیں دیر یا سویر مل ہی جاتی ہیں مگر پھر بھی تلاش جاری ہے مثال کے طور پر پانچ دوست ایسے ہیں جو یہ خواہش کرتے ہیں کہ اگر انکو بلیک بی ایم ڈبلو مل جائے تو وہ خوش ہو جائے ۔تو جب انکو بلیک بی ایم ڈبلو مل جاتی ہے تو انکی خوشی کی تلاش اب ختم ہو جانی چاہے مگر کچھ ہی عرصے بعد انکے اندر خوشی کی تلاش پھر سرگرداں ہو جاتی ہے کیوں ۔ایسا نہیں ہے کی انکی بی ایم ڈبلو چوری ہوگئی ہے ان کے پاس ہی موجود ہے ۔اسکی وجہ یہ ہے کہ خوشی کا احساس دائمی نہیں ہوتا ہے ۔ کیونکہ یہ دنیا خوشی ، آرام اور سکون کے لیے بنائی ہی نہیں گئی ہے اس لیے یہ احساس کچھ وقت کے لیے آتا ہے اور پھر غائب ہو جاتا ہے ۔خوشی کی تلاش جاری رہنے کی دوسری وجہ یہ ہوتی ہے کہ ہم نے خوشی اور لذت میں ہم آہنگی قائم کر رکھی ہے ۔ہم بعض اوقات لذت محسوس کر رہے ہوتے ہیں اور اسکو ہم خوشی مان لیتے ہیں یا جن چیزوں سے صرف لذت حاصل ہو سکتی ہے اسکو ہم خوشی کا ذریعہ بنا لیتے ہیں ۔خوشی اور لذت میں بہت فرق ہے مثال کے طور پر آپ ایک بہت قریبی دوست ہے جسکے ساتھ آپ ایک جگہ سے ہمیشہ پیزا کھاتے تھے ۔اچانک آپکا وہ دوست کہیں باہر چلا جاتا ہے ۔اب آپ اسی ہوٹل پر جاتے ہیں وہی پیزا منگواتے ہیں ۔ پیزا دوست کے ساتھ کھاتے ہوئے بھی بھوک مٹاتا تھا اور اب بھی وہی کام کرئے گا مگر آج

خوشی کا احساس نہیں ہے کیونکہ دوست وہاں نہیں ہے جسکی وجہ سے وہ احساس تھا۔خوشی ایک اندرونی سکون کا نام ہے اور لذت کا تعلق ایک وقتی احساس سے جو آپکی ضرورت کو پورا کر رہا ہے جیسے کہ بھوک یا جنسی تعلق وغیرہ۔

ہم کو خوش کیوں رہنا ہے

اکثر لوگ کہتے ہیں کہ وہ خوش نہیں رہ سکتے اس دنیا کا ہر شخص خوش رہ سکتا ہے اگر وہ یہ سمجھ جائے کہ اس کو خوش رہنا کیوں ہے۔

خوشی کی آمد بیماری کی آلوداعی حالت ہوتی ہے۔ریسرچ نے ثابت کر دیا ہے کہ دوا سے زیادہ مریض کو وہاں پر موجود ڈاکٹر حضرات کے اچھے اخلاق اور رویے سے ملنے والی خوشی جلدی ٹھیک کر دیتی ہے۔مریض جتنے بھی سنگین حادثے سے گزرا ہے اگر اسکو وہاں پر خوشی دینے والے عوامل ملتے ہیں تو وہ جلد صحت یاب ہو جاتا ہے، یہ آپ خود آزما کر دیکھ لے۔ہم کوئی بھی کام کرئے اس میں ہماری کارکردگی تب ہی بہتر ہو سکتی ہے جب ہم خوش ہو۔آپ خود سوچے جس دن آپ خوشی محسوس کر رہے ہوتے ہیں ٹھہراؤ اور سکون کی حالت میں ہوتے ہیں تو اگر آپ دفتر میں کام کرتے ہیں یا طالب علم ہیں یا کاروباری شخص ہیں تو وہ دن آپکا بہت اچھا گزرے گا۔آپ کے اندر اپنے کام کی ترجحات کرنے کی ہمت آجاتی ہے۔اگر آپ ایک کام کو مشکل جانتے ہیں اور آپ کے اندر یہ رویہ ہے کہ آپ پہلے آسان کام کرتے ہیں اور مشکل کام کی باری آنے تک آپکی انرجی کم ہو چکی ہوتی ہے تو آپکے اندر خوشی کا احساس مشکل کام کو پہلے کرنے کی ترغیب دیتا ہے۔کیونکہ خوش باش لوگ درد کو آسانی سے برداشت کر لیتے ہیں۔آپ دیکھتے ہیں کچھ لوگ زیادہ محنتی ہوتے ہیں انکو محنت کرنے کی یہ انرجی خوشی کے احساس سے ملتی ہے ایسے لوگ اپنے کسی بھی کام یا چیلنج کے حوالے سے زیادہ پر اعتماد دکھائی دیتے ہیں۔ہم اپنے اندر بے پناہ خوف لیے پھر رہے ہوتے ہیں کبھی ہارنے کا خوف، کبھی معاشرے کا خوف، کبھی فیل ہو جانے کا خوف، کچھ کھونے کا خوف لوگ مجھے یہ نہ کہہ دے کہ تم کر نہیں سکتے یہ خوف ہم کو محنت کرنے سے بعض اوقات روک لیتے ہیں ہم محنت کرنے پر پورا فوکس نہیں کر پاتے مگر جب ہمارے اندر خوشی اور سکون کا احساس پیدا ہوتا ہے تو یہ خوف خود بخود ذائل ہونے لگتے ہیں۔اگر آپ کچھ بننے کی خواہش رکھتے ہیں تو خوشی کی کیفیت آپکے اندر پیدا ہو گی مگر جب آپ کچھ پانے کی خواہش کرتے ہیں تو آپکے اندر خواہشات کا ایک میلہ سا لگ جاتا ہے جو تڑپتے ہوئے پرندے کی طرح آپکو ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جا رہا ہوتا ہے۔ایک جگہ ٹھرنے نہیں دیتا فوکس نہیں کرنے دیتا ایسے جیسے آپ پھڑ پھڑائے ہوئے ہوتے ہیں۔جبکہ آپکے اندر ٹھراؤ کی کیفیت خوشی کا دوسرا نام ہے۔لہذا فوکس کرنے کے لیے خوش رہنا بہت ضروری ہے۔

زندگی میں اچھے لوگوں کا رہنا بلکل ایسا ہی جیسے کسی عمارت کو کھڑا رکھنے کے لیے ستون یا پلرز کی ضرورت ہوتی ہے۔خوش باش اور مثبت لوگ ہر کسی کو پسند آتے ہیں۔کیونکہ وہ خود بھی خوش رہتے ہیں اور خوشگوار حالات پیدا کر کے دوسروں کو بھی خوش رکھتے ہیں۔خوش رہنے والا انسان اپنے مسائل کے حل پر بات کرتا ہے اور دوسروں کے مسائل کو سنتا اور پھر حل تجویز کرتا ہے ایسا رویہ رکھنے ان کا سوشل سرکل بڑھنے لگتا ہے جو لوگ مشکل وقت میں بھی کام آرہے ہوتے ہیں کیونکہ خوش رہنے والے انسان نے اپنے ساتھیوں کے اندر مثبت احساس کو بھی مستقل طور پر پیدا کر دیا ہوتا ہے اور ایسے لوگ دوسروں کی مدد کر کے اور تعاون کر کے خوش رہتے ہیں۔وہ ایسے کام کی تلاش میں رہتے ہیں جس میں تعاون

دے سکے۔اگرآپ اپنی زندگی کے ہررول میں بہترین سے بہترین دینا چاہتے ہوتو آپکوخوش رہنا ہوگا

سمجھنے کے لیے سمجھ نہیں چاہیے

یہ دنیا ایک سفر ہے اور ہم الجھے ہوئے مسافر ہیں ہماری الجھنوں کو کوئی دور کرسکتا ہے تو وہ ہے دنیا کونسی دنیا آپکے اندر کی دنیا۔ہم میں سے اکثر لوگ کہتے ہیں اندر کا موسم سہانا ہو دل کا موسم سہانا ہوتو باہر کا موسم بھی سہانا لگنے لگتا ہے۔ہم بہت ہی عجیب لوگ ہیں اندر کا موسم خراب ہوتو باہر کی موسم کی خوشگواری محسوس کرنے سے انکار کردیتے ہیں اور اندر کے موسم کو لمحہ لمحہ باہر کے موسم کا محتاج کرر کھا ہے کیا یہ سچ نہیں کہ ابھی آپ بڑے سکون سے یہ کتاب پڑھ رہے ہیں باہر سے آکر کوئی دروازے پر دستک دے تو آپکا موڈ فورا سے بدل جائے گا ہلکا سا غصہ آجائے گا یا شدید بھی آجائے گا باہر اگر ساتھ والے گھر سے کوئی دودھ لینے آیا ہوگا یا ہوگی جو کہ اس ہفتے دوسری بار دودھ مانگنے تو آپ لازمی اس پر بھڑک پڑے گے یا گی۔اب آپ واپس کتاب پڑھنے نہیں بیٹھے گے اور اپنے آپ میں بڑبڑائے گے کہ سارا موڈ خراب کر دیا اچھی خاصی میں کتاب پڑھی جارہی تھی۔ہم نے اپنے موڈ کا کنٹرول باہر کی دنیا کو دے رکھا ہے۔آپکا ہنسنا،خوش رہنا،رونا،غصہ کرنا،اداس ہونا سب دوسروں پر انحصار کررہا ہوتا ہے مگر پھر بھی آپ کہتے ہیں کہ باہر لوگ جتنے بھی خوش ہیں آپ اگر خوش نہیں ہیں اداس ہیں تو آپ خوش نہیں ہوتے۔اچھا یہ سوچے کس وقت آپ خوشی محسوس نہیں کررہے ہوتے اور جب آپ خوشی محسوس نہیں کررہے ہوتے تب آپ کیا محسوس کررہے ہوتے ہیں۔ہم سب اگر دیکھیں تو جب ہم خوشی محسوس نہیں کررہے ہوتے تب ہم کسی نہ کسی صورت میں شکوہ شکائت کی کیفیت میں ہوتے ہیں۔اس نے مجھے ایسا کیوں کہہ دیا،اس میرے ساتھ ایسا نہیں کرنا چاہے تھا،اگر اسکو ایسا کرنا تھا تو میرے ساتھ ہی کیوں کیا ،اس نے جو وعدہ میرے ساتھ کیا اسکو پورا کرنا چاہیے تھا،میں اسکے لیے اہم کیوں نہیں ہوں،مجھے وہاں نہیں جانا چاہے تھا اس نے میری اتنی بے عزتی کردی وغیرہ وغیرہ کچھ ایسے خیالات سوچ سوچ کر ہم دکھی اور اداس ہوتے رہتے ہیں ایسا اس لیے ہوتا ہے ہم خود کو خود سے نکال نہیں رہے ہوتے ہم بار بار مسائل کو سوچ سوچ کر خود کو غمگین کررہے ہوتے ہیں۔ایسی کیفیت میں ہم حل کی جانب سوچ سکتے ہی نہیں کیونکہ ہم اپنی،،میں،،میں اتنے الجھ جاتے ہیں کہ ہمکو دنیا کی پرواہ ہی نہیں رہتی۔

،،میں،،کی اقسام

ہمارے اندر تین طرح کی،،میں،،ہوتی ہے

تکبر والی میں

۔پہلی میں تکبر والی ہوتی ہے جس میں ہم غصہ،نفرت،بدلہ اور منفیت کے احساسات سے بھرے ہوتے ہیں۔اس،،میں،،میں جب ہم

ڈوبتے ہیں تو ہم اکثر سامنے والے کے جیسا رویہ اختیار کر لیتے ہیں مثال کے طور پر آپکو کچھ پیسوں کی ضرورت پڑتی ہے آپ اپنے دوست سے کہتے ہیں کہ مجھے کچھ پیسے ادھار دے دو میں تم کو کچھ دنوں تک واپس کر دوں گا۔ آپکا دوست آپکو کہتا ہے میں فلاں روز آپکو دے دوگا ۔وہ کسی وجہ سے نہیں دے پا تا یا وہ آپکو دینا نہیں چاہتا ہوتا آپ کو جب اسکی طرف سے انکار ہوتا ہے تو آپ بھڑک جاتے ہو آپ کہتے ہو اب اسکو ایک دن ضرورت پڑی تو میں بھی ایسا ہی کروں گا یہ ہے تکبر والی ،، میں ،، جو بدلہ لینے پر آپکو اکساتی ہے اگر یہ میں آپکے اندر ہے تو آپ زندگی کے چھوٹے چھوٹے معاملات میں بھی بڑے بڑے مسائل پیدا کر لیتے ہو۔ اپنے رشتے خراب کر لیتے ہو۔ اپنے ساتھ جڑے لوگوں بڑی آسانی سے دکھی کر دیتے ہو مگر تم کو کوئی فرق نہیں پڑتا۔ یہ وہ ،، میں ،، ہے جو آپکو اپنے اندر کی اچھی عادات اور اخلاقیات کا مظاہرہ کرنے سے بھی روک دیتی ہے مثال کے طور پر آپکو کھانا بنانے کا بہت شوق ہے آپ بہت اچھی اچھی ڈشز بناتی ہیں۔ آپ ایک دن اپنی دوست کو کھانے پر بلاتی ہیں اور اسکے لیے تین قسم کی بہت ہی لذیز ڈشز بناتی ہیں آپکی دوست بہت خوش ہوتی ہے۔ اگلی دفعہ آپ جب اسکے گھر جاتی ہیں تو آپکو صرف چائے اور بسکٹ دیے جاتے ہیں۔ اب آپکی تکبر والی میں فورا آپ حاوی ہو جائے گی اور آپکے اندر چیخ چیخ کر بولے گی اگلی دفعہ یہ گھر آئے تو تم نے پانی وی نہیں پوچھنا۔ اب آپ نے اس میں کی خاطر اپنی کھانے بنانے والی اچھی صلاحیت اور عادت کو اسکی خاطر چھوڑا اور مہمان نوازی کرنے والے اخلاق کو بھی خیر آباد کہہ دیا

رونے والی اور خوف والی ،، میں ،،

جب ہم فکر اور پریشانی کی حالت میں ہوتے ہیں زیادہ سوچتے ہیں اگر میں نے یہ کام کیا تو ناکام ہو جاؤ گا ، میں نے اگر اس طرح کے کپڑے پہنے تو لوگ کیا کہیں گے ، مجھے اس پارٹی میں نہیں جانا چاہے وہاں مجھے کوئی کمپنی دینے والا نہیں ہوگا۔ میں نے اگر تھوڑی محنت اور کر لی ہوتی تو اس سے زیادہ نمبر لے لیے ہوتے ، مجھے ضرور اس سے جیتنا ہے اگر میں ہار گیا تو کیسے چلے گا ، مجھے اسکی شادی پر نہیں جانا میرا موڈ خراب ہے۔ کل رات وہاں سب دوست موجود تھے اسکو مجھے ایسا کچھ نہیں کہنا چاہے تھا۔ اس نے مجھے تھوڑی سی بات پر ڈانٹ دیا۔ ہم کبھی کبھی ایسی کیفیت میں ڈوب جاتے ہیں کہ ہم کو اپنے سوا کچھ دکھائی نہیں دے رہا ہوتا یوں تو ہم ہر وقت ہی اس میں میں پھنسے رہتے ہیں لیکن کبھی کبھی تو اپنی ہر خوشی اور سکون پر اسکو حاوی کر لیتے ہیں۔ اور ماضی کی یادوں میں کھوئے رہتے ہیں اور خود کو مسلسل تکلیف دے رہے ہوتے ہیں۔ کسی کی کوئی بات سوچ کر ہم کو دکھ ہو رہا ہوتا تو کسی کی کوئی بات یاد کر کے غصہ آ رہا ہوتا ہے۔ اس وقت ہم ضرورت سے بڑھ کر سوچوں کو خود پر حاوی کر لیتے ہیں۔

خود کو وجود دینے والی ،، میں ،،

یہ ،، میں ،، اعتماد والی ہے جو آپکو خود کی نظروں میں اہم بناتی ہے اپنے مقصد کی پہچان کرواتی ہے اور پھر اسکو پورا کرنے کی سعی پر اکساتی ہے ۔ یہ میں آپکو دنیا کے بے جا خوف سے آزاد کر دیتی ہے۔ اس میں میں اتنی طاقت ہوتی ہے کہ یہ خدا کی رضا اور خوشنودی کی خاطر دوسروں کے ساتھ تعاون اور مدد کرنا سکھاتی ہے۔ یہ میں آپکے اندر یہ خوف پیدا کرتی ہے کہ تم کو کوئی ایسا کام نہیں کرنا جو دوسروں کے لیے نقصان کا

باعث بنے۔ایک بہت ہی خوبصورت قول پڑھنے کو ملا مجھے یقیناً آپکو بھی پڑھ کر اچھا لگے گا

Losing your love is ok

Losing your best friend is ok

but Losing yourself in the process of geting them back is not ok

value yourself ,you are importent

جب آپ ایسے ہوجاتے ہیں تو آپ اندر سے اتنے مضبوط ہوجاتے ہیں کہ آپکے جذبات اوراحساسات آپکے اپنے کنٹرول میں آجاتے ہیں آپ میں اتنی ہمت آجاتی ہے کہ آپ رات کو سوتے وقت آنکھیں بند کر کے اس شخص کو معاف کر کے سوتے ہیں جس نے آپکا بہت دل دکھایا ہوتا ہے آپ خدا سے اسکی ہدایت کی دعا مانگ کر سوتے ہیں۔آپ اپنے کسی بھی رشتے کو پابند نہیں کرتے کے وہ آپکی امیداور توقعات پر پورا اترے۔آپ بنا امید رکھے اور شکوہ کئے خوش رہنے لگتے ہیں۔آپ اپنی اصل خواہش کا بیج اپنے اندر بو لیتے ہیں اور صبر،محنت،شکوہ شکائت سے آزاد،امیداور توقعات کی قید سے نکل کر خود کو ایک درخت بنانے میں لگ جاتے ہیں جسکے پھل اور سائے سے دنیا بھر کو لوگ مفید ہوسکتے ہیں۔اس ایک اعتماد والی اور شعور والی میں کی وجہ سے آپکی آنکھ دکھ اور تکلیف کے باعث صرف رب کے سامنے روتی ہے۔یہ میں ہماری ہم سے گفتگو کو بہترین اور میوزک اور سر سے بھرا بنا دیتی ہے جسکی وجہ سے ہم خود کو میسر آجاتے ہیں اور ہماری روح جو شکوئے ،نفرت،غصے،خودغرضی،لاپروائی کی وجہ سے بے رنگ ہوئی پڑی ہوتی ہے ایک دم سے رین بو بن جاتی ہے

ہر طرف خوشی ہی خوشی ہے محسوس کیسے کریں

امن ایک ایسی چیز ہے جو سب کو بہت پسند ہے ہم سب امن چاہتے ہیں اور دنیا میں امن،سکون اور خوشی موجود بھی ہے بس ہمئیں لگتا ہے اگر یہ ہماری زندگی میں موجود نہیں ہے تو یہ ہمکو کہیں نہیں مل سکتی ایسا صرف اس لیے ہے کہ ہم صرف خود کی خوشی کی تلاش گھوم رہے ہیں۔دو خواتین تھی دونوں کو ہی باغبانی کا بہت شوق تھا ان دونوں کے گھر بھی قریب تھے انہوں نے اپنے اپنے گھر میں کچھ مٹی والی جگہ بنا رکھی تھی جہاں وہ ہم مختلف قسم کے پودے اگاتی تھی۔ایک دن وہ نرسری گئی اور لال گلاب کا ایک ایک پودا لے کر آئی اور اپنے اپنے گھر میں بڑے سے گملے میں لگا دیا وہ دونوں گملے ایک جیسے تھے اس میں ایک خاتون کا پودا کچھ روز بعد مرجھا گیا اور پھول سڑنے لگے۔وہ بہت دکھی ہوئی جب اس نے اپنی ہمسائی کے اسی پھول کو ہرا بھرا دیکھا تو اور زیادہ دکھی ہوگئی اور حسرت کرنے لگی کے کاش میرا پودا بھی ایسا ہی ہرا بھرا ہوتا۔رات ہوگئی جب وہ صبح اٹھی تو اس نے دیکھا کہ اس کے صحن میں ہرئے بھرے گلاب کے پھولوں والا گملا موجود تھا اور مرجھائے ہوئے پھولوں والا گملہ غائب تھا وہ اپنی ہمسائی کی طرف گئی تو وہاں مرجھائے ہوئے پھولوں والا گملہ موجود تھا اس نے اپنی ہمسائی سے پوچھا کہ یہ ماجرہ کیا

ہے تو اس نے کہا میرے پودے پر پھول ہرئے بھرے ہوئے مجھے خوشی ہوئی مگر میں مزید خوش ہونا چاہتی تھی اور یہ مزید خوشی مجھے تمہاری خوشی سے مل سکتی تھی اس لیے میں نے وہ گملہ تمہاری طرف رکھ دیا اب تم اسکی حفاظت کرو اور اس پودے کو تازہ رکھو۔ اس دنیا میں خوشی حاصل کرنے کے دو راستے ہیں اور یقین مانئے اگر ایک راستہ بند ہو تو دوسرا ضرور کھلا رہتا ہے۔ ہماری زندگی میں جب بھی کسی چیز کی ضرورت ہوتی ہے اور وہ ہماری لاکھ کوششوں کے باجود ہمکو نہیں مل رہی ہوتی تو ہماری خوشی کا ایک راستہ بند ہو جاتا ہے۔ مگر دوسرا راستہ کھلا ہوتا ہے اور وہ ہے دوسروں کی خوشی میں خوش ہونا۔ اگر دوسرے ہنس رہے ہیں اور آپکے پاس ہنسنے کی وجہ نہیں ہے تو آپ دوسروں کی وجہ پر ہنس لے، آپکے پاس اچھا پہننے کو نہیں ہے تو آپ دوسروں کے اچھا پہننے پر خوش ہو جائے۔ آپکے پاس اچھی نوکری نہیں ہے تو آپ اپنے دوست کو اچھی نوکری ملنے پر مبارک باد دے اور پورے دل سے دے کر اسکی خوشیوں میں خوش ہو جائے۔ آپ کسی دوسرے کی خوشی میں خوشی تب ہی محسوس کر سکتے ہیں جب آپکے پاس اپنی ذاتی خوشی کی وجہ موجود نہ ہو۔ جب آپ اپنی کسی وجہ پر خوش ہوتے ہیں تو ہو سکتا ہے خوشی کی وجہ کسی لطف یا لذت سے بنی ہو مگر جب آپ کسی دوسرے کی خوشی میں خوش ہوتے ہیں تو آپکو حاصل ہونے والا احساس سکون ہوتا ہے اور جو خوشی سکون کا ذریعہ بن جائے وہ دائمی اور اصل خواہش کی ضامن ہوتی ہے۔

زیادہ سمجھنے سے اچھا ہے بے سمجھ ہو جاؤ

ہم نے ماضی کی یاد اور مستقبل کی فکر میں اپنا آج کھو دیا ہے ہم کو موجودہ لمحے میں جینا نہیں آتا ہم خیالوں کی چین میں ڈوبے اپنی سوچ کو داغ دار کرتے جا رہے ہیں۔ ہم کہتے ہیں وقت اور حالات نے ہمکو ایسا بنا دیا ہے۔ کیا ہم نے وقت کی معصومیت کے ساتھ نہیں کھیلا ہوتا۔ ہم جیسے جیسے وقت کی معصومیت کے ساتھ کھیلتے چلے جاتے ہیں خود کو اندر سے کھوکھلا اور خالی کرتے چلے جاتے ہیں۔ جب ہماری زندگی میں مسائل آتے ہیں تو ہم اپنے مسئلے پر پریشان ہونا اور واویلا مچاتے ہیں مگر کبھی گہرا مشاہدہ نہیں کرتے کہ گویا یہ مسئلہ ہے کس نوعیت کا ہے مسئلے کی نوعیت سے مراد ہے کہ مسئلے کا حل آپکے اختیار میں ہے کہ نہیں ہے۔ اب اگر مسئلے کا حل ہمارے اختیار میں نہیں ہوتا تو ہم اس پر آنسو بہاتے رہتے ہیں اور بجائے اسکے کہ ہم اپنی سوچ کو بدل لے ہم اسی مسئلے کو پکڑ کر روتے رہتے ہیں ہمارا یہی رویہ ہمکو ماضی کی قید اور مستقبل کی فکر سے آزاد نہیں ہونے دیتا اور دنیا میں دو ہی چیزیں ہے جو آپکو وقت کی مجرم بنا دیتی ہیں۔ وہ ہیں ماضی کی قید اور مستقبل کی فکر۔ وقت کی معصومیت کی قدر کا مطلب ہے اب اور ابھی یعنی موجود لمحے کو بھرپور دانش مندی سے جینا۔ یاد رکھیں آپ مسئلوں کو چھوڑ سکتے ہیں وہ آپکو نہیں چھوڑے گے۔ جس نے مسئلوں سے ساتھ چھڑانا چاہا اس نے موجودہ لمحے کو برباد کر کے اپنا ماضی قید اور مستقبل رسک میں ڈال دیا۔

ہم جب بھی ماضی میں جاتے ہیں تو خاص کر وہ لمحات سوچتے ہیں جنہوں نے درد دیا ہوتا ہے ہم سوچتے سوچتے کہ اس نے ایسا کیوں کیا، ایسا کیوں ہوا پتہ نہیں کہاں سے کہاں پہنچ جاتے ہیں اور ہمارے اندر ماضی کی باتوں کو سمجھنے کے لیے زیادہ سمجھ دار ہونے کی خواہش پیدا ہو جاتی ہے اور جب ہم مستقبل کی فکر کو خود پر حاوی کرتے ہیں تو ہم سمجھتے ہیں یہ بھی کر لے وہ بھی کر لے مطلب زیادہ سمجھ دار بننے کی کوشش کرتے ہیں اور زیادہ سمجھ داری کے چکر میں جو بھی کرنا ہوتا ہے جو ہمارے مستقبل کو سنوار سکتا ہے وہ کرنا بھول جاتے ہیں اس لیے زیادہ سمجھ دار بننے سے

بہتر ہے بے سمجھ ہو کہ موجودہ وقت پر حاوی ہو جاؤ۔

ہم سب اندر سے بھکاری کیوں ہیں

اس دنیا میں دو طرح کی غربت ہے تو لہذا دو ہی طرح کے بھکاری موجود ہیں

ہم کہتے ہیں فلاں ملک میں غربت بڑھ گئی ہے اور اسکا اندازہ ہم وہاں کے مالی حالات سے لگاتے ہیں جب ملک میں غربت بڑھنے لگتی ہے تو جگہ جگہ پر ہمکو مانگنے والے نظر آتے ہیں یہ لوگ آپ سے کچھ پیسوں یا کھانے کے طلب گار ہوتے ہیں ہم انکو بھکاری کا نام دیتے ہیں۔ یہ وہ لوگ ہیں جن کو پیٹ کا خالی پن بھکاری بنا دیتا ہے۔ ایسے لوگ آبادی کا کچھ حصہ ہوتے ہیں۔ لیکن دوسری قسم کے بھکاریوں کی تعداد بہت زیادہ ہے۔ ایسے بھکاری آپکو گھر میں، یونیورسٹی میں، کالج میں، آفس میں محل میں ہر جگہ ملے گے۔ دوستی میں، خونی رشتوں میں ،محبت کے رشتوں میں بھی ملے گے۔ انکو انکی روح کا خالی پن بھکاری بنا دیتا ہے۔ ہم سبکو محبت ،تعریف ،مقبولیت ،عزت ،پسند کیا جانا ،خوشی ،سکون ،راحت چاہیے۔ اسکی طلب ہم سب میں اتنی بڑھ چکی ہے کہ ہم نے اپنے ہر رشتے کو داؤ پر لگا دیا ہے۔ ہم سب اگر محبت لینے والے ہونگے تو دینے والا کون ہوگا۔ ہم سب ایک غلط فہمی میں جی رہے ہیں کہ میں اپنے فلاں رشتے سے بہت محبت کرتا ہوں لیکن حقیقت میں جب تک ہمکو اس رشتے سے محبت ،عزت اور پرواہ مل رہی ہوتی ہے ہم اس شخص کے گیت گا رہے ہوتے ہیں۔ آج کل ہر ایک کا یہی رویہ بن چکا ہے۔ آپ خود اندازہ لگائے کس رشتے کے لیے آج آپ نے بے لوث کام کیا۔ اگر آپ نے کیا تو اس پر آپکو شکریہ کا لفظ یا سراہا نہیں گیا تو کیا آپ ناراض نہیں ہوئے آپ نے دل میں یہ عہد نہیں کیا کہ آئندہ اس کے لیے کچھ بھی نہیں کروں گا یا گی ۔ ہم سب امیدیں اور توقعات پوری ہونے کی خواہش رکھتے ہیں کاش کبھی امید اور توقعات پوری کرنے کی خواہش ہمارے اندر بیٹھ جائے تو یہ دنیا امید پر نہیں یقین پر قائم ہو جائے گی۔ آج کتنے گھر ہیں جو اس وجہ سے ٹوٹ رہے ہیں کہ دوسرے کو ہماری پرواہ نہیں ہے کیا اصل میں آپکو اسکی پرواہ ہے؟۔ ہم انسان ایک عجیب سے دھوکے میں خود کو رکھے ہوئے ہیں۔ جب ہم کسی اپنے سے اس وجہ سے لڑائی جھگڑا اور لاتعلقی اختیار کر لیتے ہیں کہ وہ ہمکو توجہ اور محبت نہیں دے رہا تو ایسی صورت میں ہم خود سے محبت کر رہے ہیں یا دوسرے سے سے محبت کر رہے ہیں ۔آپ خود سوچے کیا محبت ،عزت اور چاہت ایسی چیز ہے جو مانگ کر حاصل ہو سکتی ہے اور اگر یہ مانگ کر حاصل ہو بھی جائے تو کیا یہ میعاری رہ جاتی ہے؟۔ آپ دوسروں سے محبت ،عزت اور چاہت کیوں مانگتے ہو کیا تم خود سے محبت کرتے ہو۔ اس بات میں کوئی شک نہیں کہ جب ہم دوسروں کا خیال رکھتے ہیں تو سب سے پہلے وہ خیال ہم اپنا رکھ رہے ہوتے ہیں ،جب ہم دوسروں سے محبت کرتے ہیں تو سب سے پہلے اس محبت کا فائدہ ہمکو ہو رہا ہوتا ہے۔ جب ہم کسی سے نفرت کر رہے ہوتے ہیں تو سب سے پہلے اس نفرت کا کینسر ہمکو مار رہا ہوتا ہے

انسان اپنے رشتوں میں دو طرح کا غلام بن جاتا ہے پہلی قسم کے غلام کو جذبات کا غلام کہتے ہیں اور دوسرے کو محبت کا غلام کہتے ہیں

جذباتی غلام

یہ غلام چاہتا ہے جب میں مسکراؤں سب مسکرائے ،جب میں محبت چاہوں سب مجھے محبت کرے ،جب میں غمگین ہوں سب غمگین ہو ،جو امید اور

توقع میں رکھو وہ لازمی پوری ہو، میرے ارد گرد رہنے والے لوگ ہمیشہ میری پرواکریے، میری خوشی میں خوش ہو، میرے نظریات کو مانا جائے۔ ایسا غلام اپنے جذبات کی تسکین باہر سے حاصل کرنے کی کوشش میں سب سے پہلے خود کو نقصان دے رہا ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر جب آپکو کسی پر غصہ آتا ہے تو اس غصے سے متعلق جو احساس آپکے دماغ میں پیدا ہوتا ہے وہ پہلے آپ پر منفی اثر ڈالتا ہے دوسرے پر اسکا اثر تو تب ہوگا جب آپ زبان، ہاتھ یا رویے سے اس پر ظاہر کریے گے۔ اسی طرح جب آپ کسی پر امید اور توقع رکھتے ہیں تو پہلے اپنے دل میں یہ خوف بیٹھا لیتے ہیں اگر اس نے میری امید کو توڑ دیا تو کیا ہوگا یہ خوف آپکو سکون نہیں لینے دیتا۔ اسی طرح جب ہم کسی کو محبت ، چاہت اور عزت دے رہے ہوتے ہیں اور ساتھ میں اس خواہش کو بلندی دے دیتے ہیں کہ یہ بھی مجھے یہ سب بدلے میں دے تو جب تک وہ بدلے میں مل نہیں جاتا ہم خود کو بے سکون کر لیتے ہیں اور زیادہ تر دوسرے سے شکایات کر کے اپنا میعار کم کر لیتے ہیں اور دوسرے پر ظاہر کر دیتے ہیں کہ ہم محبت دینے میں بھی حساب رکھتے ہیں یہ سب رویے ہماری روح کو مزید کمزور کر دیتے ہیں روح کا یہ خالی پن ہمارے اعتماد، عزت نفس اور ہماری خود کی نظروں میں عزت کو کم کر دیتا ہے اور جب ہمارے پاس یہ تینوں چیزیں نہیں ہوتی تب ہم کہیں کے نہیں رہ جاتے نہ اپنے نہ اپنے کسی رشتے کے۔

محبت کا غلام

ہم جب کسی کو محبت دیتے ہیں تو یہ احساس پہلے ہمارے دماغ میں پیدا ہوتا ہے اور اگر یہ احساس دوسرے سے امید، حساب اور توقع سے پاک ہو تو سب سے پہلے یہ محبت آپ خود کو دے رہے ہوتے ہیں۔ ایسی محبت آپکو اپنا اور محبت کا غلام بنا دیتی ہے مگر کسی دوسرے کا غلام نہیں بننے دیتی۔ انسان جب دوسروں سے محبت بے حساب کرتا ہے تو خود کا حساب لگانا آسان ہو جاتا ہے۔ کیونکہ محبت حاصل کرنے کی نسبت محبت دینا آسان ہوتا ہے اور اس آسان راستے پر چل کر بھی کامیابی حاصل کر لیتے ہو۔ بعض اوقات جب محبت دینے کا عمل مشکل ہو جاتا ہے لیکن اگر انسان اس پر چل کر خود کو حاصل کر لے تو کامیاب نہیں فاتح کہلاتا ہے۔ آج آپ جہاں بھی دیکھتے ہیں بظاہر سب معمول کے مطابق نظر آرہا ہوتا ہے۔ ہم یونیورسٹیز میں دیکھتے ہیں طالب علموں کی کافی تعداد نظر آتی ہے، آفسز میں سب کام کر رہے ہیں۔ کاروباری حضرات اپنے کاروبار میں مصروف ہیں، ملک کے اندر آئے روز کو تحریک چل رہی، نئی نئی بلڈنگز بن رہی ہے۔ کبھی مالی حالت بہتر تو کبھی بہتر نظر نہیں آرہی ہوتی۔ صحت کو قائم رکھنے کے لیے ہسپتال کام کر رہے ہیں، علم کے لیے تعلیمی ادارے موجود ہیں یہ وہ ساری چیزیں ہیں جو بنا کسی روکاوٹ کے کام کر رہے ہیں تو ہم کہتے ہیں سب معمول کے مطابق چل رہا ہے۔ مگر ایسا کیا ہے جو ہر روز کم ہو رہا ہے اور ہم سب اسکو محسوس کر رہے ہیں مگر اسکو بہتر بنانے کی طرف اپنا ایک قدم بھی نہیں بڑھا رہے ہیں۔ سب اپنی اپنی دوڑ میں لگے ہوئے ہیں سب کو اپنی اپنی پڑی ہے۔ وہ کیا ہے ایسا۔ وہ ہے وقت۔ ایک دوسرے کے غم سننے کا وقت، ایک دوسرے کو محبت اور پروا دینے کا وقت، دوسروں کے غم چھوٹے کرنے کا وقت، بھٹکے ہوؤں کو راستہ دکھانے کا وقت، روتے ہوئے کے آنسو صاف کرنے کا وقت، خوف زدہ کے خوف کو ختم کرنے کا وقت۔ ناامید کو امید دینے کا وقت یہ وہ وقت ہے جسکی ضرورت ہم سب کو ہے مگر ہم سب کے پاس یہ وقت نہیں ہے اور اسی وجہ سے یہ وقت

کہیں ملتا نہیں ہے۔ملک میں قحط خوراک کا پڑ جائے تو بیرون ملک اپنے مفاد کی خاطر پورا کر دیتے ہیں مگر جب قحط، محبت، عزت، وقت اور احساس کا پڑ جائے تو اسکو خود پورا کرنا پڑتا ہے۔اس کے لیے ہمکو محبت مانگنی نہیں دینی ہوگی، عزت لینے کی طلب سے زیادہ عزت دینی ہوگی اور یہ تب ہی ممکن ہو پائے گا جب ہم اپنے اندر کے بھکاری پن کو ختم کرئے گے اور اپنی روح کو مضبوط کرئے گے

جینے میں جلدی نام کی کوئی چیز نہیں ہے

لمحے سے لمحہ ملتا ہے تو وقت بنتا ہے وقت کو صبر، محبت اور ٹھراؤ سے جیا جائے تو زندگی بنتی ہے اور زندگی کے اصل مطلب کو سمجھا جائے تو جینا آتا ہے اور جینے سے ہر بات میں جلدی کے احساس کو نکال دیا جائے تو جینے کا مزہ آتا ہے ہم میں سے بہت کم لوگ یہ جان پاتے ہیں کہ گزرتا ہوا ہر پل نیا اور تازہ ہے محسوس کرو تو پہلے جیسا کچھ بھی نہیں ہے۔خدا نے انسان کی فطرت کچھ اس طرح سے بنائی ہے کہ وہ بار بار ہونے والی چیزوں سے اکتا جاتا ہے مثال کے طور پر آپکو دوپہر کے کھانے میں دال ملی آپ بڑے شوق سے کھائے گے پھر جب رات کے کھانے میں آپکو وہی دال ملے گی تو آپ منہ بناؤ گے لیکن کھا لو گے لیکن جب اس سے اگلے دن دوپہر کے کھانے میں آپکو وہی دال پھر ملے گی تو آپ انکار کر دے گے۔خدا نے اگر انسان کی فطرت ایسی بنائی ہے تو جینے کے ہر لمحے کو ایک جیسا نہ بنا کر اپنی مخلوق پر ایک خاص کرم کر دیا ہے۔لیکن کتنی عجیب بات ہے ہم اپنی جلدی کے چکر میں اس نئے پن کو محسوس ہی نہیں کر پاتے۔ لمحے آتے ہیں اور گزر جاتے ہیں لیکن گزرا ہوا لمحہ کبھی واپس سے ہماری زندگی سے نہیں گزر سکتا۔یہاں پر میں کس جلدی کی بات کر رہی ہوں آپ یہ تو نہیں سمجھ رہے کہ میں آپکو یہ کہنا چاہ رہی ہوں کی آپکو آفس سے لیٹ ہو رہی ہو تو آپ بھاگ کر بس نہ پکڑے، مہمان گھر میں آنے والے ہیں تو کھانا بنانے میں جلدی نہ کرئے میں آپکو ایسی کسی جلدی سے نہیں روک رہی۔مگر ہاں یہ بھی سچ ہے کہ یہ جلدی بھی ہمیں تب ہی کرنی پڑ جاتی ہے جب ہم ہر لمحہ جلدی میں ہوتے ہیں۔اسی جلدی کے باعث ہم اکثر اپنے کام کو صحیح وقت پر نہیں کر پاتے اور نہ ہی صحیح طریقے سے کر پاتے ہیں کیونکہ جو کام مکمل توجہ سے کیا جاتا ہے اسی میں ہم اعتماد محسوس کرتے ہیں۔تو اب دیکھتے ہیں یہ کونسی جلدی ہے جو ہم کو جینے میں نہیں ملتی ہے۔آپکو جلدی کے عمل کو نہیں جلدی کے احساس کو ختم کرنا ہے۔آپ جہاں بھی دیکھے گے آپکو لوگ جلدی میں دکھائی دے گے کھانا کھانے میں انکو جلدی ہے، سیکھنے کی انکو جلدی ہے، کامیاب ہونے کی ان کو جلدی ہے، دوست بدلنے کی انکو جلدی ہے۔آج کل لوگ ہوٹلنگ بہت زیادہ کرتے ہیں اور وہ مختلف جگہوں سے کھانا کھاتے ہیں جس جگہ جس ہوٹل میں بھی وہ جائے اپنی پسندیدہ ڈش کا آرڈر دیتے ہیں مگر کتنی عجیب بات ہے وہ اسکے ہر بار کے مختلف ذائقے پر مختلف کمنٹ نہیں دے سکتے کیونکہ وہ کھاتے وقت صرف بھوک مٹانے کی جلدی میں ہوتے ہیں۔طالب علم جب بھی کتاب کھولے گا اسکو سلیبس مکمل کرنے کی جلدی ہوگی کیونکہ اسکو صرف نمبر لینے کی جلدی ہوتی ہے۔آفس میں کام کرنے والے انسان کی نظر گھڑی پر رہتی ہے کیونکہ اسکو آفس ٹائمنگ ختم کرنے کی جلدی ہوتی ہے۔نمازی نماز پڑھنے میں جلدی کرئے گا کیونکہ اسکو صرف فرض ادا کرنے کی جلدی ہوتی ہے۔گھریلو خاتون کو کھانا بنانے کی جلدی ہوگی کیونکہ اسکو اپنے اس ذمے داری سے شام سے پہلے چھٹکارا حاصل

کرنے کی جلدی ہوتی ہے۔ہم اپنے بچوں کے بچپن کی چھوٹی چھوٹی یادیں سنبھال کرنہیں رکھتے کیونکہ ہمکوان کے بڑا کرنے کی جلدی ہوتی ۔ہم اپنے بچوں کی نفسیاتی تبدیلیوں پرغورنہیں کرتے کیونکہ ہم کوان کے کامیاب ہونے کی جلدی ہوتی ۔ہم انکی نام نہادتربیت کردیتے کیونکہ ہمکوان کی کلاسز بڑھانے کی جلدی ہوتی ۔ہم محبتیں کرنے میں جلدی کرتے کیونکہ ہمکواپنی تنہائیوں سے بھاگنے کی جلدی ہوتی ۔استادکوطالب علم کو پڑھانے کی جلدی ہوتی ہے کیونکہ اس نے ااپنی آوٹ لائنزمکمل کروانی ہوتی ۔ہم کسی پارک میں جاتے ہیں تو وہاں پر اپنے دماغ کوری لیکس کرنے کی کوشش نہیں کرتے کیونکہ ہمکو بھاگ کرصرف وزن کم کرنے کی جلدی ہوتی ہے۔ہم کسی بھی عمل کو کرتے وقت اسکامکمل طورپرمزہ نہیں لیتے کیونکہ ہمکونتیجے کی جلدی ہوتی ہے۔یہ نتیجے کی جلدی ہمارےاندرکچھ پانے کی خواہش کی وجہ سے ہوتی ہے۔خواہش کی دواقسام ہیں۔کچھ پانے کی خواہش اوردوسری کچھ بننے کی خواہش۔

پانے کی خواہش

جب انسان اپنی نظراپنے کام سے حاصل ہونے والے نتیجے پررکھتا ہےتو وہ اس کام کوکرنے کے دوران جس وقت اور لمحے سے گزرے گا اس کومکمل طورپرنہیں جی پائے گا۔جبکہ حقیقت یہ ہے کہ انجام تک پہنچنے سے پہلے ایسی بہت ساری چیزیں ہوتی ہیں جن سے سیکھنے کا موقع ملتا ہےمگرہم اپنی جلدی کے چکرمیں ان کوسیکھنے سے قاصررہتے ہیں۔ایسارویہ ہمارے ذہن کواکثرغیرواضح کردیتا ہے۔جیسے اگرایک انسان صرف پیسے کمانا چاہتا ہےتو وہ اسکے لیے کوئی راستہ بھی اختیارکرے گا بنااس بات کااندازہ لگائے کے اس راستے پرچل کروہ تواپنی خواہش پوری کرلے گامگر بہت سے ایسے لوگ ہیں جن کواس سےنقصان ہوگا،مگراسکو ہرحال میں اپنی خواہش پوری کرنی ہے۔لیکن اگرہمارے اندریہ رویہ ہوکہ ہم نے اپنے ہرلمحے کااحتساب کرنا ہےتواکثرہم غلط اورصیح کی پہچان وقت سے پہلے کرلیتے ہیں مگرپانے کی خواہش اکثر ہم میں جلدی کے رویے کوجنم دیتی ہے

بننے کی خواہش

بننے کی خواہش ہم کو ہرلمحے کوسمجھ کرچلنے کی ہمت دیتی ہے۔جب ہم پل پل فوکس کرکے جی رہے ہوتے ہیں۔ہم اپنی خوداعتمادی اورعزت نفس کومضبوط کرنے میں کامیاب ہوجاتے ہیں۔ہم اپنے کام کوایسے کرکے کرتے چلے جاتے ہیں جیسے اسکوکرنے والے ہم پہلے اورآخری انسان ہیں ہم اپنے پیشن کوصرف پورانہیں کرتے بلکہ اس میں ماہربننے کی خواہش رکھ کراسکو جی لیتے ہیں۔ہم کوسمجھ آجاتی ہے ہماراکونسا ردعمل کس کے لیے کتنا فائدہ منداورکتنا نقصان دہ ہوسکتا ہے۔جیسے کےایک ڈاکٹر ہےاس کے لیےاس کا پیشہ اسکی عبادت ہےاس میں کوئی شک نہیں اسکی یہی عبادت اسکے گھرکی ضرورتوں کو پورا کرتی ہے۔آج کل مارکیٹ میں ایک ہی دوامختلف کمپنیز کی مل جاتی ہےاوران ادویات بنانے والی کمپنیز کے لیےاپنی دوائی کو بیچنے کا واحدذریعہ ڈاکٹرز ہوتے ہیں وہ ڈاکٹرزحضرات کواپنی دوائی کی مارکیٹنگ کرنے کا کہتے ہیں آپ ہماری کمپنی کی دوائی مریض کوتجویز کرئے اوراس میں سے ڈاکٹرزکوکمیشن ملتا ہے۔مگرجوڈاکٹراپنے پیشے سے محبت کرتا ہے وہ ہمیشہ اپنے مریض کووہ دوائی تجویز کرئے گا جواسکوسستی بھی ملےاوراسکے لیےشفا کاذریعہ بھی بنے یہ فرق ہوتا کچھ بننے اورپانے کی خواہش میں

نماز میں تڑپ کا ہونا بہت ضروری ہے

نماز دین کا ستون ہے اور یہ پانچ وقت ہم پر فرض کی گئی اور ہمکو یہ بھی بتایا گیا کہ قیامت کے دن پہلا سوال نماز کے بارے میں ہوگا۔ ہم نماز کو خدا کے خوف، ثواب کی غرض اور سکون حاصل کرنے کے لیے پڑتے ہیں۔ اس لیے ہم اکثر نماز کو جلدی جلدی ادا کرتے ہیں۔ لیکن جو تڑپ والی نماز ہوتی ہے وہ ٹھڑٹھر کر اور لطف لے لے کر پڑھی جاتی ہے اور یہ تڑپ بھی نصیب والوں کو حاصل ہوتی ہے۔ قاسم علی شاہ صاحب کی کتاب اونچی اڑان میں ایک نہایت ہی خوبصورت واقع لکھا ہوا ہے ایک آدمی کو حج کرنے کی بہت طلب تھی وہ ایک ایسے آدمی کے پاس گیا جس نے اپنی زندگی میں کافی حج کر رکھے تھے اس نے اس سے کہا کہ تم میرے لیے دعا کرو کہ مجھے بھی خدا حج کی توفیق عطا کرے۔ اس آدمی نے ہاتھ اٹھائے اور تین بار کہا کہ یا اللہ اس انسان کو حج کی سعادت نصیب نہ ہو وہ آدمی بہت حیران ہوا کہ یہ ایسا کیوں کہہ رہا ہے جس پر اس نے اس دعا کرنے والے آدمی سے دریافت کیا جس پر اس نے اسکو کہا کہ تم میرے سارے حج لے لو بس مجھے یہ تڑپ دے دو جو تمہارے میں موجود ہے۔ لہذا یہ تڑپ بھی نصیب والوں کو ملتی ہے لیکن اگر تم نماز کو ٹھہر ٹھہر کر ادا کرو گے مکمل لطف لے کر ادا کرو گے تو تم کو نماز میں سکون ملے گا۔

ہم جلدی میں کیوں رہتے ہیں

ہم نے اپنے خیالات کو ایک آرڈر میں رکھنا نہیں سیکھا ہوتا، ہمارے خیالات بکھرے ہوئے ہیں۔ ہمارے اندر ایک جنگ جاری ہے جس میں بے شمار آوازیں ہیں یہ آوازیں ہمارے خیالات کو بناتی ہیں اور ہمارے احساسات میں بگاڑ پیدا کرتی ہے اور ہم فوکس کرنے سے محروم ہو جاتے ہیں جسکی وجہ سے ہم موجود لمحے میں نہیں جیتے ماضی میں یا کہیں مستقبل میں جا کر پھنس جاتے ہیں۔ اس طرح ہمارے اندر بہت سے خوف جنم لے رہے ہوتے ہیں جن میں سے ایک خوف یہ کہ مجھے جلد سے جلد اپنے مستقبل کو محفوظ بنانا ہوگا ورنہ میں لوگوں کی نظروں میں آ جاؤں گا اور لوگ مجھے میری کمزوریوں پر تانے مارے جائے گے تو میں کیا کروں گا یا گی۔ لہذا ہم کو زندگی کی ان چھوٹی چھوٹی عام باتوں سے کوئی لینا دینا نہیں رہ جاتا جو ہمکو چھوٹی سی مگر ایک نایاب خوشی دیتے ہیں۔ زندگی کا ہر لمحہ ہر نظارہ اپنے اندر بے شمار استاد لیے ہوئے ہیں جو ہمکو سکھا رہے ہوتے ہیں بشرطیکہ ہم سیکھنے کو تیار ہو۔

غیر ضروری بھی ضروری ہو سکتا ہے

ہماری زندگیاں اس لیے بے رونق ہیں کیونکہ کچھ ضروری باتوں کو ہم نے غیر ضروری مان لیا ہے۔ ہم اتنے سوشل ہو گئے ہیں کہ خود کے ساتھ تنہا وقت گزارنا ہم کو غیر ضروری لگتا ہے، ہم کام میں اتنا مصروف ہو گئے ہیں کہ ہم کو سیر وسیاحت پر جانا وقت ضائع کرنا لگتا ہے، ہم یونیورسٹی کی کلاسز کو ڈگری کے حصول کے لیے اہم سمجھتے ہیں مگر سیلف امپرومنٹ، رسک مینجمنٹ، کیسے سوچنا ہے، کیسے بات کرنی ہے ان تمام کی کلاسز لینا غیر ضروری سمجھتے ہیں۔ ہم سلیبس کی کلاسز سے ہٹ کر دیگر کتابوں کا مطالعہ کرنا ضروری نہیں سمجھتے، ہم آفس کے کام میں اتنا مصروف ہوتے ہیں کہ اتوار کے دن سونا پسند کرتے ہیں مگر فیملی کے ساتھ باہر گھومنے جانا غیر ضروری سمجھتے ہیں۔ ہم موٹاپہ زیادہ ہونے پر جم

اور ڈاکٹر کے پاس جانا پسند کرتے ہیں مگر اپنی سوچ کو مثبت اور صبح کی دوڑ اور سیر کو غیر ضروری سمجھتے ہیں۔ ہم رات کو سونے سے پہلے موبائل پر ڈراموں اور گانوں کو سننا پسند کرتے ہیں مگر کسی اچھی سی کتاب کو اپنے تکیے کے نیچے نہیں رکھتے اور اگر کبھی رکھ بھی لے تو ہم اس اٹھا کر پڑھنا غیر ضروری سمجھتے ہیں۔ ہم ماں باپ کی ضروریات پوری کرنے کے لیے انکو پیسہ دے دیتے ہیں مگر انکے ساتھ بیٹھ کر ان کو وقت دینا انکی سننا غیر ضروری سمجھتے ہیں۔ ہم اپنے چاہنے والوں کی دنیاوی ضروریات سب پوری کرتے ہیں مگر انکو وقت، محبت اور اچھا اخلاق دینا غیر ضروری سمجھتے ہیں۔ ہم اپنی تعریف سننا پسند کرتے ہیں مگر دوسروں کی تعریف کرنا اور انکو ہمت دینا ضروری نہیں سمجھتے، ہم رشتوں کو بنانا ضروری سمجھتے ہیں مگر ان رشتوں کو نبھانا سیکھنا ضروری نہیں سمجھتے۔ ہم اپنی سنانا مگر دوسروں کی سننا ضروری نہیں سمجھتے۔ ہم دوسروں کو سمجھانا مگر خود ضروری نہیں سمجھتے۔ ہم تعلقات بڑھاتے ہیں تاکہ لوگوں سے مطلب پورا کیا جا سکے مگر ایسے دوست زندگی میں رکھنا ضروری نہیں سمجھتے جن کے پاس کچھ نہ مگر وفا ہو۔ ہم لوگوں کے مرجانے پر رونا ضروری سمجھتے ہیں زندہ رہنے والوں کے آنسو صاف کرنا ضروری نہیں سمجھتے۔ ہم خود کے لیے راستہ صاف کرنا چاہتے ہیں دوسروں کے لیے آسانیاں پیدا کرنا ضروری نہیں سمجھتے۔ ہم نے کیوں ضروری کو غیر وضروری اور ضروری کو بے تحاشا ضروری بنا رکھا ہے۔

باب نمبر ۳

لوڈسکور

دنیا میں ایسے دل اور روح بہت قلیل تعداد میں پائے جاتے ہیں جہاں محبت کی دریافت ممکن ہو سکے

محبت کا بطور لباس استعمال

لفظ Love کا دائرہ کار بہت وسیع ہے اور لو کی نیچر اتنی گہری ہے کہ اسکی گہرائی تک جانے اور اسکو سمجھنے کے لیے ایک گہری نہیں بلکہ گہری ترین سمجھ کی ضرورت ہے ۔لیکن ہماری ناقص فہم و سمجھ نے اسکو عارضی احساسات کا لباس بنا رکھا ہے جس میں attachment,addiction اور dependancy شامل ہیں یہ وہ ادراک ہیں جن کا ہم تجربہ کر رہے ہیں اور اس تجربے کو ہم محبت کا نام دے رہے ہیں ۔حقیقت میں لفظ Love کی حقیقت کیا ہے؟۔ ہم سب اسکی حقیقت سے انجان ہیں اس لیے ہم نے اسکے دائرے کو بہت چھوٹا بنا رکھا ہے۔ چلیئں اسکے دائرے کار کو ماں کی محبت، جوڑوں کی محبت اور انسان کی انسانوں سے محبت تک وسیع کر کے سمجھتے ہیں۔ یادرکھیں محبت کی کوئی قسم نہیں ہوتی ہے یہ انفرادی اور واحد ہی ہے اقسام تو رشتوں کی ہوتیں ہیں اور جس رشتے میں بھی محبت ہوتی ہے وہاں یہ ویسی ہی ہوتی ہے جیسی یہ ہر جگہ ہوتی ہے جس میں کوشش کی ضرورت نہیں ہوتی ہے جہاں میں میں ہوں تو بھی میں ہوں کا

احساس ہوتا ہے۔انسانی دماغ اس طرح کا ہے کہ اس میں ہزاروں خیالات گھوم رہے ہوتے ہیں کبھی ماضی کے پچھتاوں میں لے جاتے ہیں تو کبھی مستقبل کے خدشوں میں انسان کو ڈبو دیتے ہیں۔ایسا بہت کم ہوتا ہے کہ ہم موجودہ صورت حال پر اپنا دھیان دے سکے۔مگر محبت کے جذبے کی آمد کی سب سے پہلی نشانی یہ ہے کہ ہم ماضی اور مستقبل کے بکھرے خیالات سے آزاد ہو کر حال میں قید ہو جاتے ہیں۔ہم حال پر فوکسڈ ہو جاتے ہیں ہم کو فوکسڈ کرنا نہیں پڑتا۔ہم سب کہتے ہیں ہماری زندگیوں میں محبت موجود ہے اور ہم سب محبت کے دعوے دار ہیں لیکن کیا یہ محبت ہمارے وجود میں موجود ہے ہماری ذات میں موجود ہے۔اگر ایسا ہے تو ہم سب خواہشوں کے انبار لیے پھڑ پھڑائے ہوئے کیوں ہیں ہم اپنے سب راستے سے ہٹے ہوئے کیوں ہیں۔یہ کونسی محبت ہے جو ہمکو مقصد حیات کی تلاش پر اکسا نہیں رہی ہے یہ کونسی محبت ہے جو فون کالز سے شروع ہوتی ہے اور فون کالز پر ختم ہو جاتی ہے۔یہ کونسی محبت ہے جسکی گہرائی کا اندازہ ہم وٹس ایپ کے تھرڈ سیکنڈ کے سٹیٹس سے لگایا جا سکتا ہے۔یہ کونسی محبت ہے جو،، مجھے چاہے،، کے جملے سے شروع اور ضد پر ختم ہوتی ہے۔یہ کونسی محبت ہے جس میں ہم سمجھتے ہیں کہ ہم دوسرے کو خوش رکھ کر اسکو قائم رکھ سکتے ہیں۔کیا محبت اتنا آسان عمل ہے کہ اس نیرو اپروچ کے ذریعے قائم رہنے والا ہے ۔محبت تو آباد کرتی ہے آگے بڑھنے کا حوصلہ دیتی ہے زندگی کی اس حقیقت کو کہ زندگی آسان نہیں کو قبول کرنے اور اس پر چلنے کی ہمت دیتی ہے۔پھر یہ کونسی محبت ہے جو زہر کھانے اور خودکشی جیسے غلط عمل پر اکساتی ہے۔کہیں ایسا تو نہیں کہ لفظ Love کی آڑ میں ہم کچھ اور ہی جی رہے ہیں اور لاعلم اور بے خبر ہیں۔

محبت پر بات کیوں نہیں کی جاتی

آج کل محبت کی بات کی جاتی ہے محبت پر بات نہیں کی جاتی میرے کہنے کا مطلب یہ ہے کہ ہمارے معاشرے کا ہر دوسرا نوجوان نام نہاد محبت میں مبتلا ہو کر محبت کے دعوے کرتا ہے لیکن اس جذبے کو ٹھیک طرح سے پہچاننے اور استعمال میں لانے کی بات بہت کم جگہوں پر کی جاتی ہے۔کیونکہ بڑے بڑے ادارے بھی اس جذبے پر سیمینار، ورکشاپس اور لیکچرز کا انتظام نہیں کرتے کیونکہ ہم دیکھ رہے ہیں کہ ہمارا آج کا نوجوان محبت محبت کا دعوی کر کر کے زندگی کے اصل مقصد سے ہٹ کر خود کو بڑا عاشق سمجھتا ہے۔خود کو نفسیاتی مریض بنا لیتا ہے نشے جیسی لانت کو اپنی زندگی کا حصہ بنا لیتا ہے ہمارے اس ردعمل نے محبت جیسے عظیم جذبے کو بدنام کر دیا ہے۔ہم نے اسکے نام کو بھی باعث شرمندگی بنا دیا ہے۔والدین، اساتذہ اور بڑے بڑے ادارے اس پر بات کرنے کی کوشش اس لیے نہیں کرتے کیونکہ وہ سمجھتے ہیں اس پر بات کر کے وہ مزید اسکو ہوا دے گے۔محبت کو سکھایا نہیں جا سکتا لیکن اسکو سمجھانا بہت ضروری ہوتا ہے ہم غلطی کیا کرتے ہیں ہم اس میں مبتلا انسان کو سمجھانے اور اس سے بعض رہنے کی تلقین اور مشورہ شروع کر دیتے ہیں۔محبت کا سمجھانا ضروری ہوتا ہے محبت میں مبتلا انسان کو سمجھانا نہیں کیونکہ محبت سمجھدار یا بے سمجھ نہیں ہو سکتی انسان بے سمجھ ضرور ہو سکتا ہے۔انسان ایک ہی وقت میں دو دنیا میں جی رہا ہوتا ہے ایک ہے باہر کی دنیا جو دوسروں کے خیالات، سوچ اور ردعمل سے تشکیل ہو رہی ہوتی ہے اور ایک ہے انسان کے اندر کی دنیا جو اسکے اپنے خیالات

،سوچ اور ردعمل سے تشکیل ہو رہی ہوتی ہے۔ جب بھی ہم باہر کی دنیا سے کچھ اچھا، خوبصورت اور بہترین دیکھتے اور سنتے ہیں تو ہمارے اندر پیدا ہونے والے احساسات ہمکو خوشی اور لذت دے رہے ہوتے ہیں اور ان احساسات کو ہمکو ایک ہی نام دینا آتا ہوتا ہے وہ ہے محبت ۔جیسے ہی باہر کی دنیا تبدیل ہوتی ہے ہمارے اندر کی دنیا بھی تبدیل ہو جاتی ہے۔ہم سمجھتے ہیں ہم انسان کے باہر کی دنیا کو تبدیل کر کے اسکے اندر کی دنیا تبدیل کر سکتے ہیں اور یہ ہماری سب سے بڑی غلط فہمی ہوتی ہے۔ہم ویلنٹائن ڈے کو فحاشی کا نام دے کر، یونیورسٹیز میں پھول لانے پر پابندی لگا کر، لڑکا لڑکی کے ایک ساتھ چلنے اور کلاسز میں بیٹھنے پر پابندی لگا کر، والدین کے اپنے بچوں کو بگڑنے کے خدشے سے یونیورسٹیز نہ بھیج کر، موبائل فون، انٹرنیٹ اور سوشل میڈیا کے استعمال کو ممنوع قرار دے کر تباہی سے بچا لے گے تو یہ بھی ہماری غلط فہمی ہے کیونکہ جب تک ہم ٹھیک چیز کو غلط کہتے رہے گے تب تک یہ وائرس کی طرح ہماری زندگیوں کو برباد کرتا رہے گا۔اسکی مثال بلکل ایسے ہی جیسے ہم دن میں تین چار ڈشز کھاتے ہیں اور رات اچانک ہمارے پیٹ میں درد شروع ہو جاتی ہے تو ہم سمجھ نہیں پاتے کہ کس چیز کے کھانے کی وجہ سے ہمارے پیٹ میں درد ہوا لہذا ہم کھانا کھانے کے عمل کو ہی غلط کہتے ہیں کہ ہمکو کھانا ہی نہیں چاہے تھا اسی طرح اچھا محسوس کروانے والے کچھ ادراک جو محبت کا لباس پہنے ہوئے ہوتے ہیں جیسے رفاقت، عادت اور ماتحت (انکی وضاحت اگلے صفاحات میں دی گئی ہے) ہم کو محبت کی اصل حقیقت تک پہنچنے ہی نہیں دیتے اور ہم محبت کے جذبے کو ہی غلط جانتے ہیں۔انسان کے اندر بے شمار جذبات موجود ہیں اور انکی بنا پر ہمارے احساسات اپنی شکل بناتے ہیں۔انسان کے اندر جذبات کا موجود ہونا ایک فطری عمل ہے جسکو ختم کرنا کسی کے بس کی بات نہیں ہے۔لیکن انکو سمجھ کر کس طرح، کب اور کہاں استعمال میں لانا ہے یہ انسان کے بس میں ہے۔محبت انسان کے اندر پیدا ہونے والے تمام جذبات میں سے ایک ایسا جذبہ ہے جسکا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں ہے یہ بات ہمکو اپنے دماغ میں اچھی طرح بٹھانی ہے اس دنیا میں جتنے بھی بڑے نام بنے ہیں انکے پیچھے یہی جذبہ کارفرما تھا لیکن یہ وہ لوگ تھے جو اسکی حقیقت کو دریافت کر چکے تھے وہ اچھی طرح سے جانتے تھے کہ محبت بربادی سے خوشحالی کا سفر ہے یہ غرض سے لاغرض تک کا سفر ہے یہ جز سے کل تک کا سفر ہے اور اس پر نصیب والے چلا کرتے ہیں۔لہذا جب تک ہم محبت کو لباس کے طور پر دیکھتے رہے گے اس وقت تک ہم اسکو دریافت کرنے کی کوشش بھی نہیں کرئے گیا۔محبت بذات خود ایک غلط شے نہیں ہے اور اس پر بات کرنا اور اسکو سمجھنے کی کوشش کرنا کہ یہ کیا ہے غلط نہیں ہے اسکی پہچان بہت مشکل ہوتی ہے لیکن ناممکن نہیں ہوتی ہے ہم ذرا سی غور و فکر سے اسکو سمجھ سکتے ہیں۔

محبت کے ادراکی عوامل

ادراک کا مطلب کیا ہوتا ہے جو دیکھتا ہے وہ اصل میں ہوتا نہیں ہے۔جیسے اگر ہم صحرا میں چل رہے ہو اور سخت تیز دھوپ ہو ہم دور سے دیکھے تو چمکتی ریت ہمکو پانی محسوس ہو گی جبکہ نزدیک جائے گے تو وہاں پانی نہیں بلکہ ریت ہو گی۔ایک اور مثال سے سمجھے ہم گاڑی میں بیٹھے ہو اور باہر کی جانب دیکھے تو ہمکو ایسا لگ رہا ہوتا ہے سڑک کے کنارے لگے درخت بھی ہمارے ساتھ ساتھ حرکت کر رہے ہیں جبکہ وہ

اپنی جگہ ساکن ہوتے ہیں۔ایسے بہت سارے ادراک ہیں جو ہم کومحبت میں ملتے ہیں مطلب ہم ایسے جذبات کے دھوکے میں آجاتے ہیں جو اصل میں محبت نہیں ہوتے لیکن ہم کو لگ رہا ہوتا ہے کہ یہ محبت ہیں۔محبت ایک مستقل اور دائمی جذبہ ہے جس میں اچھا یا برا محسوس ہونے کے سٹرٹیفکیٹ کی ضرورت نہیں ہوتی جبکہ جو محبت کے ادراک ہوتے ہیں انکا وجود ہی احساسات سے ہوتا ہے اگر احساس اچھا ہے تو یہ قائم رہے گے اگر احساس برا ہے تو یہ ختم ہو جائے گے اور جو رشتے یا تعلقات محبت کے ادراک کی بنا پر جڑتے ہیں وہ سوائے تباہی کے کچھ نہیں لاتے۔اسکے تین ادراکی عوامل ہیں رفاقت، عادت اور ماتحت۔

رفاقت اور محبت

رفاقت جسکو ہم attachment بھی کہہ سکتے ہیں اسکو اگر کسی بھی رشتے کے حوالے سے بیان کرئے تو اس کا مطلب خود کی تسکین، خود کی لذت، خود کو اچھا لگنا، خود کی ضرورت کا پورا ہونا ہے۔جیسے بھوک کے لیے کھانے کے ساتھ تعلق، پیاس کے لیے پانی کے ساتھ تعلق، تنہائی دور کرنے کے لیے کسی کی کمپنی کی ضرورت، طاقت کے حصول کے لیے دولت کے حصول کا لازمی ماننا۔خود کی خوشی کے لیے دوسرے کو خوش کرنا۔مشقت کی تکلیف سے بچنے کے لیے سامنے والے کی غلط بات پر بھی آمین کہہ دینا یعنی کسی بھی صورت حال میں خود کی خوشی کو برقرار رکھنے کے لیے خوشگوار حالات پیدا کیے رکھنا۔attachment میں احساسات مستقل نہیں ہوتے ہیں یہ عارضی ہوتے ہیں اور یہ ایسے احساسات ہوتے ہیں جو ہمکو اچھا محسوس کروا رہے ہوتے ہیں جس سے ہمکو خوشی مل رہی ہوتی ہے۔جیسے جب ہمارا کسی سے تعلق بنتا ہے تو شروع شروع کا وقت تو بہت اچھا لگ رہا ہوتا ہے کیونکہ سامنے والا آپکو اپنا اچھا رخ دکھا رہا ہوتا ہے جس سے ہمکو اچھا محسوس ہو رہا ہوتا ہے۔جیسے ہی سامنے والے کی غلطیاں اور کوتاہیاں ہمکو دکھائی دیتی ہیں ہمکو اچھا محسوس نہیں ہوتا اور ہم اس سے لاتعلق ہونا پسند کرتے ہیں جس سے ہمکو مستقل درد ملتا ہے اور پھر ہم اسی درد سے چھٹکارا حاصل کرنے کے لیے دوبارہ اسی پرسن سے تعلق بنانے کی کوشش کرتے ہیں یا پھر اسکا کوئی متبادل تلاش کرتے ہیں۔attachment ہونے کی صورت میں آپ سامنے والے پر ذہنی طور پر قبضہ رکھنا چاہتے ہیں آپکو ایسا لگتا ہے جو آپ اسکے لیے سوچتے ہیں وہ ہی ٹھیک ہے اور سامنے والا بلکل ویسا ہی کرئے جیسا آپ کہتے ہیں آپ شعوری طور پر اس پر یہ بات واضح نہ کرئے لیکن لاشعوری طور پر آپ یہی چاہ رہے ہوتے ہیں۔ہم اچھے احساس کی لذت میں اتنا ڈوب چکے ہوتے ہیں کہ دوسرے کی ناراضگی کے خوف سے اس کا نقصان بھی ہونے دیتے ہیں۔مثال کے طور پر آپ ایک ایسی صورت حال میں ہے جس میں آپ ایک ایسا کام کرنے پر مجبور ہیں جس میں دوسرے شخص کا مستقل فائدہ ہیں مگر اس بات سے دوسرا شخص بے خبر ہے اور آپ اگر وہ کام کرتے ہیں تو وہ شخص ناراض ہوگا اور آپ سے تعلق توڑ دے گا کیونکہ وہ آپکے عمل سے ہونے والے فائدے سے ابھی بے خبر ہے وہ فائدہ جو اسکو مستقبل میں ہوگا۔لیکن آپ اس کی ناراضگی سے بچنے کے لیے اسکا وہ فائدہ نہیں ہونے دیتے اور ہم اپنے اس رویے کو اس شخص سے بے پناہ محبت سمجھتے ہیں جبکہ لاشعوری طور پر ہم اپنا فائدہ حاصل کر رہے ہوتے ہیں یہ سب attachment میں ہوتا ہے

عادت اور محبت

جب عادت محبت کی جگہ لیتی ہے تو یہ کسی عذاب سے کم نہیں ہوتی ہے۔ہم ایک چیز کو چھوڑ نا چاہتے ہیں مگر پھر بھی چھوڑ نہیں پاتے تو یہ عادت ہوتی ہے۔عادت پیدا کیسے ہوتی ہے ہمارے دماغ کے دو حصے ہوتے ہیں ایک شعوری اور دوسرا لاشعوری۔جو کام ہم لاشعوری طور پر کرتے ہیں وہ ہماری عادات ہوتیں ہیں۔ہم بعض اوقات ایک چیز کی عادت رکھتے ہیں تو ہم سمجھتے ہیں ہم اس چیز کو چھوڑ نہیں سکتے لہذا ہمکو اس چیز سے محبت ہوگئی ہے ہم عادت اور محبت میں فرق محسوس نہیں کر پاتے۔ہم کسی سے عارضی تعلق بناتے ہیں پھر اس تعلق میں اپنی کچھ عادات کو پروان چڑھا لیتے ہیں جیسے آج کل سوشل میڈیا کا دور ہے روابط آسان ہو چکے ہیں اس لیے آج کل لوگوں کو کوئی نہ کوئی سوشل میڈیا کمیونٹی میں آن لان چاہے یا کوئی ایسا جو انکو وقت دے کیونکہ کے انکے اندر کسی سے ہر وقت بات کرنے کی رابطہ رکھنے کی عادت پڑ چکی ہے۔اس عادت سے اکثر ہم تکلیف میں بھی آجاتے ہیں کیونکہ ہم سمجھ رہے ہوتے ہیں جس چیز یا شخص سے ہمکو اچھا احساس ہو رہا ہے یہ مستقل ہے اور اچھا احساس اوپر اوپر سے ہوتا ہے گہرائی سے ہم جانتے ہوتے ہیں کہ یہ چیز غلط ہے جیسے کوئی شخص نشے کی عادت رکھتا ہے دل دل سے وہ چاہتا ہے کہ وہ اسکو چھوڑ دے مگر وہ اسکو چھوڑ نہیں سکتا کیونکہ یہ اسکی عادت بن چکی ہے اور ہم جب کسی چیز کو چھوڑ نہیں سکتے وہ ہوتی عادت ہے مگر ہم اسکو محبت کا نام دے رہے ہوتے ہیں ایسا مختلف تعلقات میں ہوتا ہے چاہے وہ تعلق کسی چیز سے ہو یا انسان سے دونوں صورتوں میں ہوتی عادت ہے مگر ہم اس کو محبت کہتے ہیں۔جیسے آپ کافی عرصہ کسی شخص سے فون پر باتیں کرتے ہیں آپکو خود سے پیار اور خود کی پروا کروانے کی عادت پڑ چکی ہوتی ہے جیسے ہی وہ سامنے والا انسان آپکی وہ پروا اور پیار نہیں دیتا آپکے احساسات بدلتے ہیں اور وہ احساسات جب کسی انسان سے جا کر جوڑ جاتے ہیں وہ اچھے نہیں ہوتے تو اس انسان کی کمپنی بھی اچھی نہیں ہوتی پھر وہی اچھے احساسات جب ہمکو کسی اور سے ملنے لگتے ہیں ہم خوش ہو جاتے ہیں اور ہم کو اپنے احساسات کی تسکین مل رہی ہوتی ہے چاہے وہ کسی بھی انسان سے مل رہی ہو۔اس لیے آئے دن محبتیں بدلنے کا رواج ہے۔یاد رکھیں محبت احساسات کی محتاج نہیں ہوتی کہ احساس اچھا ہے تو تعلق قائم رہے اگر برا ہے تو تعلق ٹوٹ جائے احساس کی محتاج عادتیں اور رفاقتیں ہوتی ہیں۔

ماتحت

اس لفظ کا مطلب محتاجی، انصاریت بھی ہے۔ہم صرف مالی طور پر یا جسمانی طور پر دوسروں کا جب سہارا لینے لگتے ہیں تو اسکو محتاجی کا نام دیتے ہیں۔مگر اس دنیا میں سب سے زیادہ خطرناک محبت کی شکل میں لپٹی محتاجی ہے۔اسکو ہم محبت کا سب سے خطرناک ادراک بھی کہہ سکتے ہیں یہ محبت کی وہ شکل ہے جو محبت کے بلکل مخالف سمت میں پائی جاتی ہے مطلب اگر محبت روحانی نشو و نما کرتی ہے تو محبت کی شکل میں محتاجی روح کو کمزور بنانے کا سب سے اہم ذریعہ ہے۔محبت زندگی کا مقصد دیتی ہے اور جینا سکھاتی ہے لیکن محتاجی ادراک میں رہنے والے لوگ صرف محبت کے حصول کو ہی مقصد بنا کر زندگی کی لذت چھین لیتے ہیں اور کبھی کبھی تو اتنے مایوس ہو جاتے ہیں کہ زندگی سے بھی عاری ہونے کا سوچنے لگتے ہیں کچھ تو خود کو سانسوں سے آزاد کر لیتے ہیں اور یہ سمجھتے ہیں انہوں نے محبت میں جان دی جبکہ یہ کہنا درست ہوگا کہ محبت کے لیے جان دی۔محبت کے لیے جان دینے کی دو صورتیں ہوسکتی ہیں۔پہلی صورت میں آپ کسی سے محبت کرتے ہیں اور وہ ایسی

مصیبت میں ہے کہ نکل نہیں پارہا آپ اسکواس مصیبت سے نکالتے نکالتے اپنی جان سے ہاتھ دھو بیٹھے ہیں۔دوسری صورت یہ ہوتی ہے کہ آپکے اندر خود کو چاہے جانے کی اتنی چاہت موجود ہے کہ جب آپکو کوئی چاہت دینے والا نہیں ہے تو آپ مایوس ہوکر یہ کہہ کر اپنی جان دے دے کہ میں اسکے بغیر نہیں رہ سکتا تو یہ محبت نہیں محتاجی ہے اور یہ دنیا کی تمام تر محتاجیوں سے بڑی محتاجی اور اذیت ہے۔

محبت اور محتاجی میں واضح فرق

محبت ایک دوسرے کے بغیر زندہ رہنا سکھاتی ہے لیکن ساتھ رہنے میں انتخابی فیصلے کی قوت دیتی ہے جبکہ محتاجی محبت کی جگہ ضرورت کو پروان چڑھادیتی ہے اور ایک دوسرے کے بنا زندہ رہنا عذاب بنا دیتی ہے اور آزادی انتخاب کی نفی کر کے تعلق کی خوبصورتی جو کہ آزادی ہے کو ختم کر دیتی ہے۔انسان خود کو جتنا مضبوط بنالے وہ اس بات سے انکار نہیں کرسکتا کہ اسکے اندر خود سے محبت کروانے کی خواہش موجود نہیں ہے کچھ لوگ ایسا دعوی کرتے ہیں ایسے وہ لوگ ہوتے ہیں جو یہ مان چکے ہوتے ہیں کہ دنیا میں محبت نام کی کوئی شے نہیں کیونکہ انکے اندر اتنا خالی پن موجود ہے کہ وہ اپنی زندگی کی اس بے بسی کا الزام بھی دوسروں کو دے رہے ہوتے ہیں

....

زندگی ایک درخت کی طرح ہے جو اپنے نشو ونما کرنے والے کو مختلف پھلوں سے نوازتی ہے کیونکہ یہ درخت بہت سارے بیجوں کے بونے سے پھلتا پھولتا ہے

زندگی کے درخت کا اہم بیج محبت ہے

محبت زندگی کے درخت کا سب سے بنیادی اور اہم بیج ہے اگر اسکو دیگر بیجوں کے ساتھ نہ ملایا جائے تو زندگی کے درخت سے حاصل ہونے والے پھل اکثر گلے سڑے ہوتے ہیں۔آج کے دور میں دنیا کا ہر ملک اپنی بقا کے لیے اپنے وسائل کی حفاظت کر رہا ہے اسکی کوشش ہے کہ وہ ان کو بڑھائے تا کہ انکا ملک ہر چیز میں پہلے نمبر پر آجائے۔وہ اپنی بقا کے لیے زمین کے اندر خزانے تلاش کر رہا ہے وہ خود کو نمبرون پر لانے کے لیے سمندری تہوں کی زیادہ سے زیادہ گہرائیوں تک جانا چاہتا ہے اسے اپنی حفاظت کے لیے آسمان میں بھی ایک فضائی فوج رکھنا پڑتی ہے۔کسی ملک کے پاس کچھ وسائل کی کمی ہے اور کچھ کے پاس زیادتی ہے مگر وہ پھر بھی اپنا وجود برقرار رکھے ہوئے ہے مگر نسل انسانی کو زندہ رہنے کے لیے جس چیز کی سب سے زیادہ ضرورت ہے وہ محبت ہے میرا مقصد یہاں محبت کی اہمیت پر بات کرنا نہیں ہے وہ آپ اور میں سب جانتے ہیں کہ وہ کتنی اہم چیز ہے۔لیکن آپ جانتے ہیں کہ انسان کو سب سے زیادہ خطرہ کس چیز سے ہے وہ محبت کے غلط تصورات اور نظریات سے۔زندگی کے لیے محبت کرنے سے پہلے محبت کو سیکھنا بہت ضروری ہے جب ہم اسکو سیکھ لیتے ہیں تو ہم سمجھ سکتے ہیں کہ کون سا

احساس محبت ہے اور کون سانہیں ۔کون محبت کرنے والا ہے اور کون محبت کرنے والانہیں ہے ۔محبت کے بارے میں غلط تصورات کسی بھی رشتے کو دیمک کی طرح چاٹ جاتے ہیں ۔یوں تو محبت زندگی ک ہر رشتے میں اپنی اہمیت آپ رکھتی ہے جہاں اسکے الگ الگ مفہوم ہیں ۔ہماری آج کی نوجوان نسل جس احساس کو زیادہ اہمیت اہمیت دیتی ہے وہ محبت کا احساس ہے۔وہ اس احساس کو اتنی اہمیت دیتے ہیں کہ اپنے کیریئر تک کو خطرے میں ڈال دیتے ہیں ۔مگر یہ احساس جس تصور کے ساتھ پرورش پا رہا ہوتا ہے افسوس وہ ہماری نوجوان نسل کو محبت کے اصل مفہوم سے دور بہت دور لے جاتا ہے۔ہم آنے والے کچھ صفحات میں ایسے پہلوؤں پر بات کرئے گے جو آپکو یہ تجزیہ کرنے میں مدد دیگا کہ آپ نے اپنے اندر جس احساس کو محسوس کیا ہے اسکی اصل کیا ہے

محبت کے سراب کو سمجھو

آج کل جو لفظ زیادہ آپ اپنے فرینڈز سرکل میں سنتے ہوگے وہ ہے،، بریک اپ،، دو لوگ جن کو آج سے کچھ عرصہ پہلے آپ نے ایک دوسرے کے ساتھ بہت خوش دیکھا۔ان کے دن رات ایک دوسرے سے باتیں کرتے گزرتے تھے۔وہ جوڑا رومانوی محبت کی ایک بے مثال داستان دکھائی دیتا تھا۔لیکن اچانک ایک دوسرے سے بات کرنا تو دور وہ ایک دوسرے کا نام سننا قبول نہیں کر رہے ہوتے۔وہ لوگ کہہ رہے ہوتے ہیں کہ مجھ سے بہت بڑی غلطی ہوگئی اس سے محبت کا تعلق بنا کر۔پھر کچھ اس طرح کی باتیں سننے کو بھی ملتی ہیں کہ میری باجی یا میرے بھائی یا میری کزن کی شادی کو کچھ ہی عرصہ ہوا ہے مگر ان کے درمیان پہلے جیسے کچھ بھی نہیں ۔،، پہلے جیسا کچھ بھی نہیں،، یہ لفظ ایک رومانوی یا شادی شدہ جوڑے میں اکثر سنتے ہیں ۔مطلب جب محبت کے پہلے پہلے دن ہوتے ہیں تو سب کچھ بڑا الگ لگتا ہے۔اس شخص سے ایک گہرے لگاؤ اور رومانوی لگاؤ کا احساس رہتا ہے۔لیکن آہستہ آہستہ سب بدلنے لگتا ہے پھر ہم کہتے ہیں پہلے جیسا کچھ نہیں ہے اور ہمکو لگتا ہے ہمارا ساتھی بے وفا ہے۔جھگڑے بڑھتے بڑھتے تعلق کے ٹوٹنے کا مقام آجاتا ہے اور انجام کار سمجھوتہ یا نفرت کی صورت میں نکلتا ہے۔ایسا اس لیے ہوتا ہے کیونکہ ہم نے محبت کے احساس کو محبت سمجھ لیا ہوتا ہے۔جبکہ محبت کی نفسیات کہتی ہے کہ حقیقی محبت کی بنیاد محبت کے احساس پر نہیں ہوتی (ایم سکاٹ پیک کی کتاب محبت کی نفسیات) تھوڑا سا محبت کی نفسیات کو سمجھتے ہیں پھر آگے چلتے ہیں۔آپ نے کبھی ایسا محسوس کیا کہ آپ نے ایک ایسی خواہش کی ہو مطلب دماغ میں سوچی ہو اور اچانک آپکو خیال آیا ہو کہ نہیں ایسا نہیں کرنا چاہیں ۔مثال کے طور پر آپ ایک انجان خوبصورت لڑکی یا لڑکے کو دیکھتے ہیں آپ اسکو دیکھ کر اسکو کہنا چاہتا یا چاہتی ہو کہ آپ بہت خوبصورت ہیں اچانک آپکو خیال آئے کہ نہیں ایسا کرنا ایک غلط عمل ہوگا۔اب اسکو خوبصورت کہنے کا خیال آپکے دماغ میں کہا سے پیدا ہوا اور اچانک اس خیال کا اس بات میں دل جانا کہ ایسا نہیں کہنا چاہے کہا سے پیدا ہوا۔ان میں ہمارے دماغ سے تین چیزیں استعمال ہو رہی ہوتی ہیں ۔لاشعور، انا کا پردہ اور شعور۔لاشعور انجان شخص کو خوبصورت کہنے کا خیال پیدا کرتا ہے۔انا کا پردہ یہ چیک کرتا ہے کہ یہ خیال عمل میں بدلنا چاہے کہ نہیں اور شعور یہ فیصلہ کرتا ہے یہ عمل میں بدلے یا نہیں ۔شروعات میں جو جذبہ ہمکو محبت کا احساس لگتا ہے وہ محبت کا اصل کردار اور فطرت کو ہم پر واضح نہیں کرتا ہے۔کیونکہ یہ انسان کی پیدائشی ضرورت ہے کہ وہ زندگی میں ایک ایسا احساس چاہتا ہے جو اسکو تنہائی کے احساس سے باہر

نکالے۔ کیونکہ جب انسان پیدا ہوتا ہے وہ نہیں جانتا ہوتا کہ اس کے وجود کے علاوہ دنیا کا بھی کوئی وجود ہے وہ نہیں جانتا کہ وہ الگ اور دنیا الگ ہے۔ وہ نہیں جانتا کہ اسکی خواہش دنیا کی خواہش نہیں بن سکتی اسکی خواہش اسکی اپنی ہے۔ جیسے جیسے وہ بڑا ہوتا ہے اسکے اندر میں پرورش پانے لگتی ہے اور وہ خود کو تنہا محسوس کرنے لگتا ہے۔ اب یہ احساس ہر انسان میں ہوتا ہے مگر کچھ لوگ اس احساس کو زیادہ تکلیف دہ سمجھ لیتے ہیں۔ اس لیے وہ کسی ایسے انسان کی تلاش میں ہوتے ہین جو اسکو یہ احساس واپس دے سکے کہ اسکی خواہش دوسرے کی خواہش ہے۔ محبت کا ہو جانا اس ضرورت کو پورا کرنا ہوتا ہے۔ اس لیے جب دو لوگ آپس میں جب محبت کرتے ہیں تو شروع شروع میں دو جسم ایک جان کا احساس محسوس کرتے ہیں مگر وقت کے ساتھ انکو احساس ہوتا ہے کہ وہ دو جسم ہیں اور ہر جسم کی اپنی جان اور خواہشات ہیں۔ اور یہ احساس ہمکو یہ سوچنے پر مجبور کر دیتا ہے کہ شاید آگے والا بدل گیا اور اسکو ہم سے محبت نہیں رہی ہے۔ یاد رکھے یہاں پر بات انسانوں کے بے وفا یا وفادار ہونے پر نہیں ہو رہی بلکہ کون سا احساس محبت ہے اور کون سا نہیں اس پر ہو رہی ہے۔ شروع میں ہونے والا احساس شعوری یا لاشعوری طور پر جنسی خواہش کی تحریک ہوتا ہے۔ جس میں محبوب کی آنکھیں محبوب کا دیدار کرنے کی منتظر ہوتی ہیں۔ محبوب کے ہونٹ گلابی سے محسوس ہوتے ہیں اور نرم نرم رخسار کو چھونے کا دل کرتا ہے۔ مگر یہ احساس عارضی ہوتا ہے جو انا کے پردے کی حدود کو توڑ کر عمل کی صورت ظاہر ہوتا ہے۔ یہ عارضی احساس محبت نہیں ہوتا ہے۔ اور ہم اس احساس کے دھوکے میں آکر زندگی کے بڑے بڑے فیصلے کر جاتے ہیں۔ لڑکی کہتی ہے میں اسکے بنا زندہ نہیں رہ سکتی۔ لڑکا کہتا ہے میں اسکے سوا کسی سے شادی نہیں کروگا کیونکہ وہ میری پہلی اور آخری محبت ہے جب کچھ ماہ گزرتے ہیں تو پتہ چلتا ہے جناب کو کہ ابھی بہت ساری محبتیں باقی ہیں۔ یہ تو محبت نہیں تھی سراب تھی۔ محبت ہو نہیں جاتی یہ ہمارہ انتخابی فیصلہ ہوتی ہے وہ کیسے آگے آنے والے صفحات میں اس پر بحث ہوگی۔

آپ محبت کا نہیں محبت آپکا انتخاب ہوتی ہے

ایک عرصہ پہلے کی بات ہے میری ایک جاننے والی لڑکی ایک لڑکے کی محبت میں پاگل تھی وہ لڑکا بھی اس سے بے انتہا محبت کرتا تھا۔ لیکن لڑکی ایک امیر خاندان سے تعلق رکھتی تھی اور لڑکا مڈل کلاس فیملی کا تھا۔ لڑکے نے دو بار رشتہ بھیجا مگر انکار ہو گیا۔ یہاں تک کہ لڑکے کی ماں کو لڑکی کے گھر سے بے عزت کر کے نکالا گیا۔ وہ دونوں بہت پریشان تھے۔ کیونکہ وہ ایک دوسرے کی محبت میں گرفتار تھے۔ لڑکی کی حالت اس حد تک خراب ہوگئی کہ وہ ڈپریشن کی گولیاں کھانے لگی اور ڈاکٹر نے اسکو ٹینشن نہ لینے کی ہدایت کی ورنہ وہ پاگل ہو سکتی تھی را پنی گہری دوست کو بتاتی اور روتی کہ وہ اس لڑکے کی بنا نہیں رہ سکتی وہ مر جائے گی۔ اور اکثر وہ دعا کرتی کہ وہ اس کو مل جائے۔ اس لڑکی کے گھر والوں نے اسکا رشتہ کہیں اور طے کر دیا وہ لڑکی روتی رہی کہ وہ اس لڑکے کے سوا کسی سے شادی نہیں کرئے گی۔ وہ لڑکا بھی بہت پریشان تھا اسکا رشتہ طے ہو جانے پر۔ کافی عرصہ کوشش کرنے کے باوجود بھی جب لڑکی کے گھر والے نہ مانے اور شادی کے دن قریب آنے لگے تو لڑکے نے لڑکی سے کہا کہ وہ اسکے ساتھ بھاگ جائے مگر لڑکی نے کہا کہ وہ اپنے ماں باپ کی عزت خراب نہیں کر سکتی۔ مگر وہ مسلسل کوشش میں تھی کہ اسکے گھر والے مان جائے۔ یہ محبت اسکے تعلیمی کیریر کو دیمک کی طرح چاٹ گئی۔ پیپرز کے نزدیک اپنے محبوب سے بچھڑ جانے کا غم اس پر

اس طرح طاری تھا کہ اس نے فائنل امتحان چھوڑ دیئے۔ پھر اسکی شادی کا دن آ گیا اور اس نے اس لڑکے سے کہا کہ ہماری تمام کوشش بیکار گئی ہیں اب ہمکو اپنے راستے بدل لینے چاہیے اور یوں ہی ہو لڑکی کی شادی ہو گئی۔ شادی کے ایک سال کے دو ماہ بعد ایک سال بعد جب اسکی اپنی دوست سے بات ہوئی اس نے کہا کہ میرے ماں باپ نے میرے لیے درست فیصلہ کیا تھا۔ میرا شوہر بہت اچھا ہے میرا بہت خیال رکھتا ہے اور میں اس بے حد محبت کرتی ہوں اور وہ مجھ سے بہت محبت کرتا ہے اب آپ ضرور سوچ رہے ہو گے کہ پہلے لڑکے کے لیے اسکی محبت سچی نہیں تھی حقیقی نہیں تھی۔ وہ محبت سچی تھی حقیقی نہیں تھی لیکن وہ لڑکی اسکو سچا اور حقیقی مانتی تھی کیونکہ وہ نہیں جانتی کہ یہ صرف محبت کا احساس ہے اور محبت کا احساس حقیقی نہیں ہوتا بلکہ انتخابی محبت حقیقی محبت ہوتی ہے اسکا شوہر اسکی انتخابی محبت تھا۔ اب محبت انتخابی کیسے ہوتی ہے اسکو سمجھنا ضروری ہے۔ محبت کا دوسرا نام انسانی روحانی ترقی ہے۔ جب ہم خود پر کسی بھی معاملے میں ضبط کرتے ہیں تو اس کے پیچھے جو چیز تحریک دیتی ہے وہ محبت ہوتی ہے۔ اور ضبط تب کیا جاتا ہے جب سامنے والا ہماری خواہش کے مطابق کچھ نہ کر رہا ہو مگر پھر بھی اس سے ہماری محبت یا تعلق کو کوئی فرق نہ پڑ رہا ہو۔ ہم اپنے تعلقات میں بہتری کی کوشش کر رہے ہو۔ جب ہم ایک چیز کی خواہش کرتے ہیں تو اسکو عمل میں تبدیل کرتے ہیں اور جب عمل کیا جاتا ہے تو اسکے لیے کوشش ضروری ہوتی ہے اور محبت میں کوشش اور جدو جہد لازمی ہیں۔ کوشش کا مطلب تربیت ہے کہ جب ہمارے اندر ایک خواہش پیدا ہوئی ہے اب اسکو عمل میں کیسے تبدیل کرنا ہے کتنا تبدیل کرنا ہے ہماری مکمل تربیت یہ طے کرتی ہے۔ محبت ایک احساس کا نہیں ایک خواہش کا نام ہے اور جب خواہش پیدا ہوتی ہے تو وہ انتخاب بن جاتی ہے آپکو اب احساس اور خواہش کے مابین فرق جاننا ہو گا۔ آپ بازار میں جاتے ہیں ایک بک سٹال میں پڑی کتاب پر آپکی نظر جاتی ہے آپ کو اس کتاب کا کور پیج بہت دلکش لگتا ہے یہ ایک احساس ہے۔ مگر جب آپ کہتے ہیں کہ یہ کتاب میں خرید لو تو یہ ایک خواہش ہے اب یہ آپکے ہاتھ میں ہے کہ آپ اپنی اس خواہش کو عمل میں بدلے یا نہیں۔ اس لیے جب محبت کا احساس ہوتا ہے تو وہ عارضی ہوتا ہے۔ جب محبت خواہش میں بدلتی ہے تب آپ جان سکتے ہیں کہ آپ واقعی ہی محبت کرنے والے ہیں یا نہیں۔ اب اس چیز کو کیسے سمجھے کہ محبت احساس ہے یا خواہش جب آپکو اس بات سے خوشی اور سکون ملے کہ سامنے والا آپکی خواہش کے مطابق سب کر رہا ہے یا جب آپ سامنے والے کے لیے کچھ کر رہے ہیں اور آپ بدلے میں اس سے ویسا ہی چاہ رہے ہیں اگر وہ ویسا کرتا ہے تو آپ خوش اور اگر ویسا نہیں کرتا تو آپ ناراض ہیں تو اس کا مطلب یہ محبت کا احساس ہے۔ جب آپکو اس بات سے خوشی اور سکون ملے جب آپ سامنے والے کی خواہش اور خوشی کے لیے سب کر رہے ہو تو یہ محبت کی خواہش ہوتی ہے۔ جب ہم ایسی حالت میں ہوتے ہیں تو لاشعور اور شعور کے درمیان جو انا کا پردہ ہوتا ہے اسکی حدود میں وسعت پیدا ہو رہی ہوتی ہے۔ انا یہ نہیں ہوتی کہ انسان خود کو دوسرے کے سامنے بڑا اور اچھا ثابت کرنے کے لیے دوسرے کی خواہش کے مطابق نہ کرئے۔ بلکہ انا یہ ہوتی ہے جب انسان دوسرے کی روحانی ترقی کے لیے خود پر ضبط کرئے دراصل یہی اسکی اپنی روحانی ترقی ہے۔

آپ محبت میں نہیں محبت آپ میں قید ہوتی ہے

اس سے محبت کرنا نہ کرنا میرے اختیار میں نہیں ہے، بس مجھے محبت ہو گئی، میں محبت میں گرفتار ہو گیا یا ہو گئی ہم اکثر اس طرح کے جملے سنتے

ہیں ۔محبت کوئی قیدنہیں ہے جس میں آپ نہ چاہتے ہوئے بھی بندر ہو یا چاہتے ہو اور محبت کا جذبہ اپنے اندر پیدا نہ کر سکو۔ اگر محبت ہمارے اختیار میں نہ ہوتی تو ہم ایسی چیز کو بھی محبت کرنے لگتے جو محبت کے قابل ہی نہ ہو۔ انسان کو اندرونی خوشی اور سکون صرف محبت سے مل سکتا ہے ۔میں سمجھتی ہو انسان کے اندر خوشی اور سکون کے تین درجے ہوتے ہیں ۔ بڑا درجہ، درمیانہ درجہ اور سب سے چھوٹا درجہ۔سب سے چھوٹے درجے کے اندر جو خوشی اور سکون ملتا ہے وہ تب ملتا ہے جب دوسرا ہم سے محبت کریں ہماری خواہش کے مطابق کریں جو ہم چاہتے ہیں ویسا کریں۔اس سے چھوٹے درجے کی خوشی اور سکون حاصل ہوتا ہے۔اب باری آتی ہے درمیانی درجے کی اس میں خوشی اور سکون اس وقت دستیاب ہوتا ہے جب ہم دوسروں سے محبت کریں انکا خیال رکھے اور انکی خواہشات کو مدنظر رکھ کرانکو پورا کریں دوسروں کی توقعات پر پورا اترنے کی کوشش کریں اور پھر یہ امید رکھے اور یقین رکھے کے سامنے سے وہی جواب ملے گا اور جب اسکے جواب میں ویسا ہی آپکو ملتا ہے جیسا آپ چاہتے ہیں تو درمیانہ درجہ بھی فل اپ ہو جاتا ہے۔اب بات کرتے ہیں سب سے بڑے اور اہم درجے کی جس میں خوشی اور سکون تب حاصل ہوتا ہے جب ہم دوسروں سے محبت کریں انکی خواہشات کا خیال رکھے۔اور سامنے والے کو خوش دیکھ کر خوش ہو جائے ۔اب آپکو پتہ کہ آپ کونسی والی محبت کرتے ہیں اور چاہتے ہیں۔

اسیر محبت سے حقیقی محبت تک

اسیر محبت کا تعلق محبت کے احساس سے ہوتا ہے۔ جب ہم یہ سوچ رہے ہوتے ہیں کہ مجھے گو بھی پسند ہے تو سامنے والے کو بھی پسند ہونا چاہیے ۔ مجھے فلم دیکھنا پسند ہے تو سامنے والے کو بھی پسند ہونا چاہیے ۔ مجھے رات کے آٹھ بجے چائے پسند ہے تو سامنے والے کو بھی اسی وقت چائے پینی پسند ہو۔ مجھے بیڈمنٹن پسند ہے تو سامنے والے کو بھی پسند ہونا چاہیے ۔جب شروع شروع میں ہمارا تعلق بنتا ہے دوسرا انسان سب کچھ ہماری سوچ کے مطابق کر رہا ہوتا ہے کیونکہ اس وقت وہ لاشعوری طور پر سب کیے جا رہا ہوتا ہے چاہے اسکو پسند نہ بھی تب بھی لاشعوری طور پر کرنے پر وہ خوشی محسوس کر رہا ہوتا ہے۔مگر جو چیز انسان کو قدرتی طور پر پسند نہ ہو وہ زیادہ دیر یا بار بار نہیں کر سکتا۔ الغرض اسیر محبت یا محبت کا احساس ہر حال میں ہم آہنگی اور یکجائی کی شرط پر قائم ہوتا ہے ۔جب ہم آہنگی ختم ہونے لگتی ہے تب یہ احساس بھی اڑ جاتا ہے لیکن تب اسیر محبت حقیقی محبت میں بدلتی ہے جب ایک شخص کچھ لمحے خود کی خوشی کے لیے کچھ لمحے دوسرئے کی خوشی کے لیے جیتا ہے محبت اور جی حضوری میں فرق رکھو یہی خوشگوار زندگی کو جینے کا ایک خوبصورت طریقہ ہے

نوٹ ۔پچھلے صفات میں محبت پر جو بحث ہوئی وہ شاید آپکو لگ رہا ہو کہ محبت کے یہ اصول صرف ایک جوڑے کی محبت میں لاگو ہوتے ہیں تو ایسا بلکل نہیں ۔آپ اسی اصول کو بھائی بہن، والدین اور دیگر رشتوں میں بھی لاگو کر سکتے ہیں ۔ یہاں تک کہ وہ کام جس کو آپ جان چکے ہیں کہ خدا نے آپکے اندر اس کام کی صلاحیت پیدا کی ہے تو آپ اس کام سے محبت کر کے ہی اس میں بہترین بن سکتے ہیں ۔آپ اپنے پسندیدہ کام میں بھی کافی الجھنوں اور مسائل کا شکار ہوتے ہیں ہوسکتا ہے آپکی پسند کی نوکری، کاروبار یا فیلڈ آپکو ایک وقت میں مطلوبہ نتائج نہ دے رہی ہو۔لیکن اسکا ہرگز مطلب نہیں ہے کہ آپ اپنے پیشن کے کام کو چھوڑ کر کسی اور کام میں لگ جائے ۔پیشن والا کام محبت ہوتی ہے

اور محبت سے صرف ہر قدم پر کامیابی کی شرط نہیں رکھی جاتی ہے۔

باب نمبر ۴

زندگی کو آنکھ دینا چاہتے ہو تو اپنا تعلیم کو شعور، علم اور تربیت سے بینائی دو

کڑوا سچ

ہمکو شروع سے سکھایا جاتا ہے کہ خواب دیکھو بلکہ کچھ لوگ تو پیدا ہی ایک خواب کے ساتھ ہوتے ہیں۔ یہ خواب انسان کو ایک سمت دیتے ہیں اور زندگی میں آگے بڑھنے کے لیے تحریک کا ذریعہ بنتے ہیں۔ ان خوابوں کی تعبیر کے لیے ہمارے سامنے دو راستے ہوتے ہیں اور وہ دو راستے تعلیم اور علم ہیں۔ آپ حیران ہو گے کہ میں نے ان کو ایک نہیں دو راستے کہا ہے۔ دراصل آج ہمارے معاشرے میں یہ دونوں اپنا اپنا راستہ بنا چکے ہیں۔ ہماری تعلیم کو نصاب کی کتابوں، حاصل کردہ نمبروں اور، کلاس کی دیواروں تک محدود کر دیا گیا ہے ہماری تعلیم جب سے انگریزی زبان کی غلام ہوئی ہیں اس نے طالب علم کی ذہانت کا اندازہ اس زبان پر عبور سے لگانا شروع کر دیا ہے اور علم ایک بے لگام گھوڑے کی مانند ہوتا ہے۔ وہ کسی ایک جگہ یا ایک ذریعہ کا محتاج نہیں ہوتا ہے یہ ہر دن ہر لمحہ اپنی شکل کو بدلتا ہے اور جو علم کی جستجو رکھتا ہو وہ علم کی ہر نئی شکل کو پہچان لیتا ہے۔ ہم بچپن سے ایک خواب دیکھ لیتے ہیں کہ ہم بڑے ہو کر بہت بڑی اور مشہور شخصیت بنے گے۔ لیکن کیا بنے گے یہ سوچنا یا اس امر کو اپنے خواب میں جگہ دینا بھول جاتے ہیں اور اگر ہمکو پتہ ہو کہ ہم نے بڑے ہو کر کیا بننا ہے تو اسکی سب سے بڑی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اس پیشے کو ہمارے لیے دوسروں نے چنا ہوتا ہے ان دوسروں میں سب سے پہلے ہمارے والدین، اساتذہ اور آخر پر ہمارے کچھ قریبی رشتے دار آتے ہیں۔ ایسا اس لیے ہوتا ہے کیونکہ جب ہم چھوٹے ہوتے ہیں تو ہم کو شعور نہیں ہوتا۔ ہمارے سامنے جو شکل معاشرے کی پیش کی جاتی ہے ہم اسکو قبول کرتے چلے جاتے ہیں اور ٹھیک مانتے چلے جاتے ہیں۔ دراصل ہم بچپن میں جو خواب دیکھتے ہیں وہ ہم دیکھتے نہیں ہمکو دکھایا جاتا ہے اور اسکو پورا کرنے کی ہمارے اندر خوائش اس حد تک بڑھ جاتی ہے کہ ہم اسکو ہر حال میں پورا کرنا چاہتے ہوتے ہیں۔ انسان کی فطرت میں یہ بات موجود ہے کہ وہ جس بات کو کہہ بیٹھتا ہے اس بات کا اسکو بعد میں اندر ہی اندر خود بھی پتہ چل جائے کہ وہ ٹھیک نہیں ہے لیکن وہ دوسروں سے پھر بھی ضد لگا لے گا کہ وہ جو کہہ رہا ہے ٹھیک کہہ رہا کیونکہ اب وہ شرمندگی کا بوجھ اٹھانے کی ہمت نہیں رکھتا۔ یہی چیز والدین اور بچوں کے ساتھ ہوتی ہے۔ جب والدین بچپن سے یہ طے کر لیتے ہیں کہ ہمارا بچہ یہ بنے گا عموما ڈاکٹر یا انجینئر ہی بولا جاتا یا پھر کہیں اگر کسی خاندان میں کوئی پہلے سے وکیل ہے اور اس پیشے میں وہ اچھی شہرت اور آمدنی حاصل کر رہا ہے تو

اس خاندان کے آنے والے کسی بچے کے لیے بھی وہی پیشہ منتخب کرلیا جاتا ہے اس وقت والدین یہ بھول جاتے ہیں کہ ان کا بچہ کیا بنے گا اسکا فیصلہ وقت اور شعور کرے گا۔لہذا وقت کے آنے تک والدین اور بچے کی خوائش ضد بن چکی ہوتی ہے۔ وہ سمجھتے ہیں کہ اگر انکا بچہ ڈاکٹر یا انجینئر نہ بنا تو انکی پوری زندگی کی محنت مٹی میں مل جائے گی یا رشتے داروں میں انکی عزت خاک میں مل جائے گی۔اس ایک احساس برتری کی خاطر نہ طالب علم اپنے پیشن اور پروفیشن کو پہچان سکتا ہے اور نہ اسکے والدین اسکے پیشن اور پروفیشن کو ایک کر پاتے ہیں۔آج اکثر جب بھی سکولز میں پی ٹی ایم ہوتی ہے تو مائیں صرف اس بات پر غور کرتیں ہیں کہ انکے بچے کے نمبر کتنے آئے ہیں یا اسکی پوزیشن کیا ہے۔وہ کبھی یہ سوال نہیں کرتیں کہ ہمارہ بچہ کس مضمون کو پڑھتے ہوئے زیادہ خوشی محسوس کرتا ہے جب روز انکا بچہ سکول سے آتا ہے تو وہ یہ ضرور دیکھتیں ہیں کہ اسکی ڈائری پر یہ تو نہیں لکھا کہ آج اسکا ہوم ورک مکمل نہیں تھا یا سبق یاد نہیں تھا۔مگر وہ بچے پر یہ غور کر کے نہیں دیکھے گی کہ انکے بچے نے آج کیا نیا سیکھا۔اگر ہم سکول، کالج یا یونیورسٹی کی شکل کو دیکھیں یا ان میں موجود مواد کو دیکھیں تو پتہ چلتا ہے کہ وہ شروع دن سے لے کر آج تک ایک جیسا ہی ہے۔اینٹوں سے بنی دیواریں، کلاس رومز، کتابیں، یونیفارمز، بلیک یا وائیٹ بورڈ، فرنیچر وغیرہ اور طالب علم ان تمام اشیا کو استعمال میں لاتے دکھائی دیتے ہیں۔جب سب ویسا ہی ہے جیسا ماضی میں ہے تو نیا کیا ہے۔معذرت کے ساتھ میرا یہ کہنے کا مطلب نہیں کہ یہ سب کیوں ہے یہ سب آج بھی ایسا ہے ماضی میں بھی ایسا ہی تھا اور ہوسکتا ہے آگے بھی ایسا ہی رہے۔لیکن نیا سے مراد وہ نظام وہ تخلیقی صلاحتیں ہیں جن کا ہمارے سکول، کالجز اور یونیورسٹیز میں ہونا لازمی ہیں وہ نظام اور وہ تخلیقی صلاحتیں جو موجودہ جدید اور آنے والے کثیر جدید دور کا تقاضا ہیں۔آج جب بھی ہم کوئی تدریسی ادارہ کھولنے لگتے ہیں تو ہم اسکی بلڈنگ، فرنیچر، اساتذہ اور طالب علموں کی تعداد پر غور کرتے ہیں مگر یہ بہت کم لوگ سوچتے ہیں کہ اسکا اپنا ایک خاص نظام کیا ہوگا۔صرف تدریسی اداروں کو ٹیکنالوجی فراہم کر دینے سے موجودہ دور کے تعلیمی اور علمی تقاضے ہم پورے کرلے گے۔ایک جانب اگر انتظامیہ اگر یہ رویہ رکھتی ہے تو دوسری طرف اگر والدین کے بچوں کے داخلوں کے بارے میں رویہ کا جائزہ لے تو وہ بھی یہی دیکھ رہے ہوتے ہیں کہ اس ادارے کی بلڈنگ کسی ہے یہ کیا کیا سہولیات دے رہا ہے کلاس رومز میں اے سی ہیں کہ نہیں ہیں اس کے اساتذہ ایم فل ہیں کہ نہیں ہیں۔اس ادارے کا رزلٹ کیا رہتا ہے۔وہ ان تمام چیزوں کو دیکھتے ہوئے بچے کا داخلہ وہاں کروا دیتے ہیں اس لیے آج تمام ادارے ان ضروریات کو مدنظر رکھتے ہوئے ادارے بنا رہے ہیں ۔آپ روڈ پر اکثر بل بورڈز لگے ہوئے دیکھتے ہیں۔جن میں تدریسی اداروں کی طرف سے دو قسم کہ بل بورڈز دکھائی دیتے ہیں اول جب داخلے شروع ہونے ولے ہوتے ہیں انکی اطلاع اور دوسرا جو اس سال انکا مختلف کلاسز میں رزلٹ رہا ہوتا ہے ان میں سے زیادہ مارکس لینے والے بچوں کی تصاویر اور پوزیشنز ظاہر کی گئی ہوتیں ہے۔لیکن کیا ان اداروں کو ایک اور بل بورڈز ہر سال ظاہر نہیں کرنا چاہے جن پر ہر فیلڈ کے بہترین پروفیشنلز اور ماہرفن کے نام ہو جنھوں نے اس سال اس ادارے سے پاس آوٹ ہونے کے بعد اپنی اپنی فیلڈ میں بہترین اور عمدہ مہارت دکھا کر سب کو حیران کر دیا ہو اور وہ اپنی زندگی کو معاشی، سماجی اور معاشرتی لحاظ سے محفوظ کر چکا ہو۔ایسے بل بورڈز ہمکو سڑکوں پر یا اداروں کے نوٹس بورڈز پر دکھائی کیوں نہیں دیتے۔جس دن ایسے بل بورڈز دکھائی دے گے اس دن لگے گا ہمارا معاشرتی

اور تعلیمی نظام کچھ نئے کی جانب سفر پر گامزن ہے

حقیقی اور غیر حقیقی مقصد تعلیم

موجودہ تعلیمی نظام کا حصول

ہزاروں سال پرانی تہذیب کی تاریخ اٹھا کر دیکھی جائے تو پتہ چلے گا کہ جو سیکھنے سکھانے کے عمل سے ہم آج حاصل کر رہے ہیں وہ قدیم دور کے حصول سے بہت حد تک مختلف ہے۔انسان کی یہ فطرت ہے کہ وہ ہر روز اگر ایک جیسا کام کرتا رہے مثلا ایک جیسی سبزی کھاتا رہے یا ایک ہی محفل میں ہر روز آ کر بیٹھتا رہے تو وہ بوریت کا شکار ہو جاتا ہے وہ کچھ نیا اپنی زندگی میں چاہتا ہوتا ہے لیکن اگر اسکو پتہ چل جائے کہ وہ کچھ کر لے اس کو روز یہی برداشت کرنا ہے اور ہر روز ایک ہی نتیجہ کو دیکھنا ہے تو وہ سمجھوتا کرئے گا۔اسکو خوشی سے قبول نہیں کرئے گا۔ایسی ہی کچھ صورت حال ہمارے تعلیمی نظام کی ہے۔وہاں پر ہر جگہ ایک جیسا ہی ہے عمل اور نتیجہ ایک دوسرے سے مماثلت رکھتے ہیں۔آپ اپنے علاقے کے پانچ سکولوں کو لے لے اس میں آپکو دو باتیں ایک جیسی سنائی دے گی بلکہ آپ یہ کہہ لے کہ دو فکریں لازمی دکھائی دے گی۔اول نصاب کو اس کے مقررہ وقت تک لازمی مکمل کروانا ہے دوم۔رزلٹ اعلی ہونا چاہے سب بچوں کے نمبرز اچھے ہونے چاہے۔یہ معاملہ صرف ان پانچ سکولوں کے ساتھ نہیں بلکہ ہر سکول، کالج اور یونیورسٹی کے ساتھ ہے۔اسی کے ساتھ ہی اگر آپ تحقیق کریں تو یہی دوڑ آپ کو ہر گھر میں ملے گی۔مائیں بچوں کے نصاب پر اتنا غور کریں گی کہ انکی تربیت کے عنصر کو کہیں بھول جائے گی یا اسکی ذمے داری صرف سکول پر دے دی جائے گی۔بچہ گھر میں گالی نکالے گا تو ماں دھمکی دے گی میں کل آپکی ٹیچر کو بتا ؤنگی کہ تم نے گالی نکالی یعنی ماں بچے کے سامنے خود کو اتنا کمزور ثابت کر رہی ہے کہ وہ تمکو برے کام سے نہیں روک سکتی بلکہ اسکے لیے اسے کسی اور کا سہارا لینا ہوگا۔تدریسی اداروں اور گھروں میں ان رویوں نے اپنی جڑیں کچھ اس طرح مظبوط کر لی ہیں کہ ہم تعلیم کے اس اصل مقصد کو فراموش کر چکے ہیں جو ہم کو پرانی تہذیبوں میں یا دین اسلام کی تاریخ میں ملتا ہے۔آپ نے اکثر ایک جملہ سنا ہوگا۔،، پڑھو گے نہیں تو کھاؤ گے کہاں سے،، یہ جملہ ہم اکثر والدین کی زبان سے سنتے ہیں جب یہ فقرہ بولا جاتا ہے ساتھ ہی کسی غریب کی مثال دی جاتی اور کہا جاتا ہے اگر تم نہ پڑھے تو اسکی طرح سڑک پر ریڑھی پر فروٹ بیچتے رہ جاؤں گے یا محنت مزدوری کرتے رہ جاؤں گے کبھی افسر نہیں بن سکو گے یعنی بچپن سے ہی ہمارے معاشرے میں بچوں کو تعلیم کے مقصد کو تربیت کے ساتھ نہیں بلکہ معشیت کے ساتھ جوڑ دیتے ہیں۔بچپن میں انسان کا دماغ ایک سلیٹ کی مانند صاف ہوتا ہے اور اس سلیٹ پر استعمال ہونے والے قلم کی سیاہی اس قدر پکی اور مظبوط ہوتی ہے کہ اس وقت بچے کو جو بولا اور سکھایا جاتا ہے وہ تمام عمر اسکو ٹھیک مان کر چلتا رہتا ہے۔پھر اگر وہ تعلیم کے اصل مقاصد پر لاکھوں کتابیں پڑھ لے ہزاروں سیمینار میں شمولیت کر لے وہ ایک وقت کے لیئے تحریک لے گا مگر پرانے عقیدے کی طرف لوٹ جانے کا محرک پھر بھی مظبوط ہوگا۔لہذا معاشرے کی زیادہ تعداد

تعلیم کا مقصد ہی غلط لے کر چلتی ہے۔

تعلیم کے غیر حقیقی مقاصد اور غور و فکر

1: گریڈ کا حصول

نمبرز ہماری زندگی میں دو ہی جگہ بڑھتے ہوئے ہمکو پسند آتے ہیں اور ان دو ہی جگہ پر نمبرز بڑھانے کے لیے ہم ساری زندگی لگا دیتے ہیں ۔پہلی قسم کے نمبرز تعلیمی نمبرز ہوتے ہیں جس کے لیے ہم سولہ سال لگا دیتے ہیں یہ نمبرز بڑھتے ہوئے ہمکو اتنے پسند آتے ہیں۔ہم اس کے علاوہ کچھ سوچ ہی نہیں پاتے اور جب ہم یہ نمبرز بڑھا لیتے ہیں تو ہم کو رقوم کے نمبرز بڑھتے ہوئے پسند آتے ہیں۔ہم نوکری کرے تو اجرت کی شکل میں یہ نمبرز بڑھتے ہوئے اچھے لگتے ہیں اور کاروبار کریں تو منافع کی صورت میں اچھے لگتے ہیں۔اس لیے یہ نمبرز اپنی اتنی اہمیت رکھتے ہیں کہ ہمکو تعلیمی میدان میں تربیت سے اور معاشی نظام میں سکون سے الگ کر دیتے ہیں۔

2: معاشی انفرادی مضبوطی اور ترقی

آج کے جدید دور میں جس کو ہم ترقی یافتہ دور کہتے ہیں اس دور نے تعلیم کا دوسرا مقصد معاشی ترقی اور معاشی لحاظ سے خود کو مضبوط کرنا بنالیا ہے۔ایک بچہ جب سوچتا ہے یا خواب دیکھتا ہے تو وہ یہ کہتا ہے کہ میں پڑھ لکھ کر امیر آدمی بنوں گا،خوب پیسہ کماؤں گا اور عیش وعشرت کی زندگی گزاروں گا۔یہ حسرت اور خوائش لے وہ دل لگا کر پڑھتا ہے بلکہ یوں کہے دل لگا کر رٹا لگاتا چلا جاتا ہے وہ کسی نہ کسی طرح زیادہ نمبرز حاصل کرنا چاہتا ہوتا ہے وہ زیادہ اچھے نمبر لے گا تو کامیاب ہوگا کسی اچھی یونیورسٹی میں داخلہ لے سکے گا اور جب وہ اچھی یونیورسٹی میں سے پڑھ لے گا پھر اسکو ڈگری ملتے ہی بہت بڑی کرسی مل جائے گی اور وہ خوب پیسہ کمائے گا کیونکہ وہ ہمیشہ سے یہی سوچتا آیا ہے یا اسکو یہی سکھایا گیا ہے کہ تعلیم کا اہم مُقصد پیسہ کمانا ہی ہے جب تک ادارے کے اندر تعلیم حاصل کر رہے ہیں اسکا مقصد نمبرز لینا ہوگا اور ادارے سے باہر نکلتے ہی مقصد پیسا کمانا ہوگا اور اچھی نوکری حاصل کرنا ہوگا۔

3: معاشی اجتماعی مضبوطی اور ترقی

وقت جیسے جیسے بدل رہا ہے انسان کا معاشی ،سماجی اور معاشرتی طور پر زندگی گزارنے کا سٹائل بدل رہا ہے،آج معاشرہ مختلف لائف سٹائل کی وجہ سے مختلف طبقوں میں بٹ گیا ہے اور ہر طبقے کا جو کلیدی فرق بتایا جاتا ہے وہ ایجوکیٹ ایڈ اور ان ایجوکیٹ ایڈ بتایا جاتا ہے کیونکہ ڈگری حاصل کرنا اچھی یونیورسٹی میں جانا ایک فیشن سمجھے جانے لگا ہے۔ہمارے صنعتی ،تجارتی اور کاروباری طبقے کو شاید پروڈکٹ بنانے کے لیے ماہر فن کی ضرورت ہوتی ہے لیکن اس پروڈکٹ کو استعمال میں لانے کے لیے ٹارگٹ لوگ ڈگری ہولڈرز اور تعلیم یافتہ لوگ ہوتے ہیں ۔ہمارے ہاں ڈگری ہولڈر نوجوان کو ڈگری لیتے ہی اپنا رہن سہن تبدیل کرنے کی چاہت ہوتی ہے گویا ڈگری اسکے اندر ایک غرور کو پیدا کر

دیتی ہے کہ اگر اسکے پاس اتنی بڑی ڈگری ہے تو اگر اس نے برینڈ کا کپڑا نہ پہنا تو وہ پڑھا لکھا نہیں لگے گا وہ ڈگری لینے کے بعد برینڈ کے کپڑے سے اپنے پڑھے لکھے ہونے کی شناخت کروانا چاہتا ہوتا ہے۔کیونکہ کہ جب تربیت تعلیم سے الگ ہوگی اور ڈگری آپکی مخصوص صلاحیت سے الگ ہوگی تو لوگوں کو چیخ چیخ کر بتانا اور دکھانا ہوگا کہ میں پڑھا لکھا ہوں تو اسکے لیے ڈگری ہولڈرز کو اپنے رہن سہن کے لیے برینڈ کا سہارا لینا پڑتا ہے اس طرح ہر روز مارکیٹ میں ایک نیا برینڈ آرہا ہے اور اپنی پروڈکٹ کو مہنگے داموں ظاہر کروا کر معاشرے میں معاشی فرق کو واضح کیا جارہا ہے۔آج کے جدید دور میں دو چیزیں ایک دوسرے کے آمنے سامنے ہیں ایک ترقی کرئے گا تو دوسرا پستی کی جانب جائے گا۔معاشرے کی ترقی کا انحصار تربیت یافتہ لوگوں پر ہے صرف تعلیم یافتہ لوگ معاشرے کو ترقی نہیں دے سکتے ہیں۔آج کی ملٹی نیشنل کمپنیز کے برینڈ کو ترقی کے لیے تعلیم یافتہ لوگوں کی ضرورت ہے تربیت یافتہ لوگوں کی نہیں۔اس وجہ سے ایک بہت بڑا خلا پیدا ہورہا ہے جسکو اگر وقت لگتے ختم نہ کیا گیا تو ایک دن یہ نظام ہر ایک کو اپنی لپیٹ میں لے لے گا۔آج جس طرح کی تعلیم ہمارے اداروں میں دی جارہی ہے اس سے جو تعلیم یافتہ معاشرہ پیدا ہورہا ہے یہ امیر اور غریب طبقے کے فرق اور زیادہ کشادہ کرتا جارہا ہے۔تعلیم کو آج کہ مادیت پرست دور میں دو ہی مقاصد پر لگا دیا گیا ہے جو کہ نہیں ہونے چاہے تھے۔گریڈ اور نمبرز حاصل کرنا اور معاشی لحاظ سے ترقی کرنا۔یہ دو مقاصد معاشرے کو خوشحال رکھنے کے لیے ناکافی ہیں۔

غور و فکر کی ضرورت

انسان جب اس دنیا میں آتا ہے تو وہ جسمانی ظاہری وجود کے ساتھ آتا ہے۔اسکو لاشعوری طور پر اس جسم کی ضروریات کا علم ہوجاتا ہے کہ بھوک لگنے سے کھانے کی ضرورت پیدا ہوتی ہے، پیاس کی شدت پانی کی طلب گار ہوتی ہے اور صحت کو قائم رکھنے کے لیے علاج کی ضرورت ہوتی ہے اور ان تمام ضروریات کو پورا کرنے کے لیے سرمایے کی ضرورت ہوتی ہے، سرمایہ حاصل کرنے کے دو طریقے ہوتے ہیں ،اول اچھا دوم برا طریقہ شعور انسان کو بتاتا ہے کہ اسکو کونسا طریقہ اپنانا چاہے۔انسان کو خدا نے تمام مخلوق کی بنیادی صفات سے مل کر بنایا ہے یعنی اسکی صفات باقی مخلوقات سے ملتی جلتی ہیں۔حیوانی صفت جس میں انسان کھانے، پینے ،سونے اور خواہش نفسانیہ کی تسکین پوری کرتا ہے، یہ صفت حیوانوں میں بھی موجود ہے اور انسانوں میں انکی موجودگی واضح ہے۔دوسری صفت شیطانی اور جناتی ہے جس میں انسان فساد، شر، مکاری اور عیاری سے کام لیتا ہے۔تیسری قسم کی صفت فرشتوں والی صفت ہے جس میں وہ خدا کی عبادت کرتا ہے۔لیکن سوال یہ ہے کہ پھر انسان خود کیا ہے۔کیا انسان ان تمام صفات کے مکسچر کا نام ہے یا ان تمام صفات کی انسان کے اندر موجودگی انسان پر بہت بڑی ذمے داری عائد ہونے کی جانب اشارہ ہے۔آج کے دور میں ان پڑھ آدمی کے پاس بھی بہت دولت ہے اور بہت سارے پڑھے لکھے بھی دولت کے انبار رکھتے ہیں۔پھر ہم تعلیم کا مقصد معاشی کیوں بناتے ہیں۔اگر ری سرچ دیکھیں تو پتہ چلتا ہے نالائق طالب علم لائق طالب علم سے زیادہ زندگی کے میدان میں کامیاب ہو چکے ہیں پھر ہمارا تعلیمی مقصد صرف نمبرز زیادہ لینا کیوں بن گیا ہے۔تعلیم کے غیر حقیقی مقاصد صرف انسان کو خواہشات کا غلام بنا رہی ہیں۔یہ آدمی کو ڈگری تو دے رہے ہیں مگر آدمیت سے دور رکھ رہے ہیں۔اس حوالے سے دیکھا

جائے تو تو کیا تعلیم کے غیر حقیقی مقاصد ہمیں زندگی کے میدان میں دھوکہ دیتے دکھائی نہیں دے رہے ہیں اور کیا یہ ہمکو اس طرف اشارہ نہیں دے رہے کہ تعلیم کے اصل مقاصد کچھ اور ہیں۔ جن کو حاصل کرنا یقیناً ہمارے معاشرے کو جہالت اور گمنامی کے چکر میں پھنسنے سے بچا سکتا ہے۔ تو چلیئے آنے والے ابواب میں دیکھیں کہ وہ عظیم مقاصد کیا ہیں، انکو کیسے حاصل کیا جا سکتا ہے اور ان کو آج تک کیوں حاصل نہیں کیا جا سکا ان وجوہات پر نظر ڈالتے ہیں۔

تعلیم کے سچے اور اصل مقاصد

1: طالب علم اپنی اندرونی صلاحیت کو پہچان سکے

2: زندگی کا مقصد اور پیدائش کے مقصد کا ایک ہونا

3: خود کی اصلاح کرنا

طالب علم اپنی اندرونی صلاحیت کو پہچان سکے

انسان جب بھی کسی تعلیمی ادارے کی طرف رخ کرئے تو وہ بہت سارے اصل اور حقیقت پر مبنی سوالات خود سے کرئے اور طے کرئے کہ وہ انکے جوابات حاصل کرنے اس تعلیمی ادارے کو اپنا وقت، توانائی اور پیسہ دینے جا رہا ہے۔ وہ اس اہمیت کو سمجھے کہ زندگی میں خود کی پہچان کا مطلب کیا ہے اگر وہ اپنے قریب ترین موجود شے مطلب اپنی ذات کی پہچان کا دعویدار نہیں بن پائے گا تو وہ دوسروں کو کبھی پہچاننے کے قابل نہیں ہوگا، ہم اکثر دوسرے لوگوں سے گلہ کر رہے ہوتے ہیں کہ تم مجھے پہچان نہیں سکے کیا یہ تب تک ایک بے وقوفانہ سوچ نہیں ہے جب تک ہم خود کو نہیں پہچان سکے۔ ہمکو پہلے دوسروں نے نہیں بلکہ ہم نے پہلے خود کو پہچاننا ہے اور اگر کوئی آپکو نہیں پہچان سکا تو یہ اسکے لیے لمحہ فکر یہ ہے کہ وہ آج تک خود کو نہیں پہچان سکا۔ جس نے خود شناسی کا پہلا قدم بھی پار لیا اسکے لیے دوسروں کو پہچاننا شاید مشکل نہ رہے۔

1: سنجیدگی اختیار کریں

سنجیدگی کا مطلب ہے کہ ایک اصل سوال اٹھاؤ اور اسکے جواب کو حاصل کرنے میں مستقل مزاجی اپناؤ اور عہد کرو خود کے ساتھ کہ اس سوال کا جواب آپ حاصل کر کے رہو گے۔ مگر اس سے پہلے سوال میں تین خصوصیات کا ہونا بہت ضروری ہے

اضطرابی سوال

آپ ایک طالب علم ہو یا کسی جگہ ملازمت کر رہے ہیں زندگی کی تمام سہولیات آپکو میسر ہیں۔ مگر پھر بھی آپ میں ایک بے چینی سی ہے۔ آپ اپنی ڈگری یا کام میں کوئی تخلیقی عمل نہیں کر پا رہے۔ کوئی ایسی تحریک نہیں مل رہی جو آپکو کسی ایسے عمل پر اکسائے جو آپکو حقیقی سکون دے سکے۔ یہ ایک فطری عمل ہے کہ جب بھی انسان کوئی ایسا پیداواری عمل کرتا ہے جس سے اسکو کچھ حاصل ہوتا ہے اور لگتا ہے کہ یہ

دوسرے لوگوں کے لیے نافع کی صورت رکھتا ہے تو ذہنی طور پر ایک خوشی سی محسوس ہونے لگتی ہے۔ لیکن اگر آپ کو ایسا کوئی احساس نہیں ہو رہا تو لازمی کوئی ایک ایسا سوال ہے جو آپکی ذات چاہتی کہ آپ خود سے
کرئے تو ایسی صورت میں ایک اضطرابی کیفیت آپ پیدا ہوتی جس کی وجہ اضطرابی سوال ہے اور یہ تب تک اضطراب میں رہے گا جب تک آپ اسکا جواب نہیں ڈھونڈ لیتے۔

روحانی سوال

اس دنیا میں ہر کسی کہ پاس ایک روحانی طاقت موجود ہے مطلب ایک خاص توانائی موجود ہے جو اسکو کچھ الگ کرنے پر مجبور کرتی ہے اور دنیا سے ہٹ کر کچھ الگ کرنے کی ہمت صرف وہ لوگ کر سکتے ہیں جو روحانی طور پر مضبوط ہوتے ہیں۔ کیونکہ جب دنیا سے الگ ہو کر کچھ کیا جاتا ہے تو دنیا اس انسان کو ٹارگٹ بنا کر ویسا ہی کرنے پر مجبور کرتی ہے جیسے سب کر رہے ہیں۔ اگر ایک انسان اپنے اندر سے سوال اٹھاتا ہے اور سوال صرف اسکے خیال کا حصہ ہوتا ہے تو وہ خیال آنے کے ساتھ ظہور پذیر ہوتا ہے جیسے ہی خیال ختم سوال کا بھول جانا یقینی بات ہے ۔لیکن جو سوال روح سے اٹھایا جاتا ہے اس میں یہ ڈر ختم ہو جاتا ہے کہ ہم دنیا سے الگ چلے گے تو ہم کو لوگ پاگل کہے گے یا میرا راستہ روکنے کی کوشش کرئے گے۔ ان سب روکاوٹوں کے باوجود انسان سوال اٹھاتا اور خود کی تلاش میں نکل پڑتا ہے

حقیقی سوال

جب زندگی میں کسی بھی موڑ پر ہمکو پتہ چلتا ہے کہ ہم نے اپنی کامیابی کے لیے راستہ ہی غلط چنا ہے اور اس راستے میں ہم بہت سا وقت، پیسہ اور دیگر وسائل لگا چکے ہوتے ہیں تو حقیقی سوال ہی انسان کو ہمت دیتا ہے کہ اے انسان جو وقت، پیسہ اور وسائل لگنا تھا وہ لگ گیا مگر اب مجھے سیدھے راستے پر چلنا ہے۔ کیونکہ مسافر کو اگر واقعی ہی اپنی اصل منزل تک پہنچنا ہو جس کے لیے وہ گھر سے نکلا تھا تو دیر سے ہی سہی وہ پہنچنا اصل منزل تک ہی چاہتا ہے۔ حقیقی سوال وہ ہوتا ہے جو حالات بدلنے پر بھی آپکو آپکے مقصد سے نہ ہٹا سکے۔

وقت کی قدر اسکی موجودگی میں کرو

رات سونے سے پہلے جو انسان خود سے یہ سوال کرتا ہے کہ کیا میں نے آج کے دن کے ہر گھنٹے، ہر گھنٹے کہ ہر منٹ اور ہر منٹ کے ہر سیکنڈ سے قیمت وصول کی؟؟ وہ انسان اپنے راستے کی تمام روکاوٹوں اور زندگی کی تمام ناکامیوں کو ختم کرنے پر خدا کے حکم سے قادر ہو جاتا ہے ۔ناکام لوگوں کی زندگی کی ناکامی کی وجہ حالات اور وسائل نہیں ہوتے بلکہ اسکے اندر کی وہ کیفیت جسکو ہم سستی کا نام دیتے ہیں وہ ہوتی ہے ۔اس دنیا میں ناکام لوگوں کی دو اقسام ہوتی ہیں۔ پہلی قسم کے لوگ وہ ہوتے ہیں جو حالات کے بہتر ہونے اور وسائل کے میسر آنے کا انتظار کرتے رہتے ہیں۔ انکے اندر کی آواز جب بھی ان سے سوال کرتی ہے کہ یار آج کچھ کر لو، تو وہ اپنی ذات سے مخاطب ہو کر یہ کہہ کر خود کو مطمن کر لیتا ہے کہ حالات بہتر ہو جائے تو اپنے مقصد کو پورا کروں گا یا اتنے پیسے آجائے یا فلاں چیز میسر ہو جائے تو اپنے مقصد کو پورا کر لوں گا۔ وہ حالات اور وسائل پر الزام دے کر خود کو مطمن کر کہ چلتا رہتا ہے یہ امید دل میں لے کر کہ میں سب حاصل کر لوں گا جبکہ وہ اس

حقیقت سے بلکل نا آشنا ہوتا ہے کہ سکون کی یہ حالت اسکو اسکی اصلیت اور اپنے مقصد کے حصول سے دور لے کر جا رہی ہے۔ کیونکہ کچھ حاصل کرنے کے لیے حالات اور وسائل ذمے دار نہیں ہوتے بلکہ وہ وقت ہوتا ہے جس کو ہم بڑے آرام سے ضائع ہونے دے رہے ہوتے ہیں۔ دوسری قسم کے لوگ وہ ہوتے ہیں جنکے پاس وسائل بھی بے انتہا ہوتے ہیں اور حالات بھی انکے حق میں ہوتے ہیں اور جب انکے اندر کی آواز انکو کہتی ہے کہ یار آج کچھ کر لو تو وہ خود کو یہ کہہ کر مطمئن کر لیتا ہے کہ ابھی بہت وقت پڑا ہے کر لوں گا، جب کے وہ یہ نہیں جا نتا کہ وقت انسان کی زندگی ہے اور اور کچھ کرنے اور حاصل کرنے کے لیے جو زندگی آپکو ملی ہے وہ بہت محدود ہے اسکو لامحدود سمجھ کر وقت کو ضائع کرنے کی غلطی مت کریں۔ جیسے کہ ہربرٹ سپنسر کہتا ہے کہ زندگی کیا ہے؟ صرف وقت۔ پس اگر ہم اسے ضائع کرتے ہیں تو گویا زندگی برباد کرتے ہیں۔ بہت زمانے پہلے کی بات ہے ایک بادشاہ اور راول نامی شخص بہت اچھے دوست تھے، راول ایک انتہائی سست شخص تھا وہ کوئی کام کاج نہ کرتا تھا۔ ایک دن بادشاہ نے اس سے کہا کہ آخر تم کوئی کام کاج کیوں نہیں کرتے تو راول نے کہا کہ کیا کروں کوئی کام ہی نہیں ملتا اور ساتھ والے گاؤں میں یہ افواہ سب میں پھیل چکی ہے کہ میں کوئی کام وقت پر نہیں کرتا تو اس وجہ سے کوئی مجھے ملازمت دینے کو تیار نہیں ہے اس پر بادشاہ نے اسکو کہا کہ ٹھیک ہے تم میرے خزانوں میں سے آ کر خزانے لے جانا مگر تمہارے پاس صرف سورج ڈوبنے تک کا وقت ہوگا اگر تم سورج ڈوبنے سے پہلے خزانے تک نہ پہنچے تو خزانے کے دروازے بند کر دیے جائے گے وہ اس خوش خبری کو سنانے کے لیے گھر کی طرف بھاگا اور اپنی بیوی کو بتایا اسکی بیوی نے کہا کہ فورا جاؤ اور خزانے لے کر آؤ تو اس نے کہا نہیں ابھی شام ہونے میں بہت وقت پڑا ہے پہلے میں کھانا کھاؤں گا۔ کھانا کھانے کے بعد جب وہ خزانا لینے کے لیے گھر سے نکلا تو راستے میں اس نے دیکھا کہ سرکس لگی ہوئی ہے وہ وہاں پر کھڑا ہو کر سرکس دیکھنے لگا۔ اسکو وقت کا اندازہ ہی نہ ہوا اور سورج ڈوبنے لگا جب اس نے دیکھا کہ سورج ڈوب رہا ہے تو وہ خزانے کی طرف بھاگا لیکن تب تک خزانے کے دروازے بند ہو چکے تھے لہذا سست انسان ہاتھ آئے خزانے سے بھی اپنی سستی کے باعث ہاتھ دھو بیٹھتا ہے۔ لہذا بندے کو چاہے کہ غفلت کو راہ نہ دے ورنہ اسکو مصائب میں پھنسنے سے کوئی نہیں بچا سکتا۔

سب سے بڑا چور کون ہے

اگر غور سے دیکھیں تو ہم سب چور ہیں کیونکہ ہم کسی نہ کسی صورت میں کوئی نہ کوئی چوری ضرور کر رہے ہوتے ہیں۔ ہم نے چوری کا مطلب صرف مال و دولت یعنی سونا اور پیسہ کا چوری ہو جانا سمجھ رکھا ہے اور اسکو چوری کرنے والے کو چور کہتے ہیں۔ بلکہ اصل چور وہ ہوتا ہے جو ٹال مٹول کر کے آج کا کام کل پر چھوڑتا ہے وہ وقت کی سب سے بڑی چوری کرر رہا ہوتا۔ کبھی یہ چوری ہم اپنے ہی گھر یعنی اپنی ہی ذات سے کر رہے ہوتے ہیں اور کبھی دوسروں کے وقت کو ضائع کر کے چوری کرتے ہیں اور کبھی دوسروں کی وجہ سے اپنی قیمتی شے وقت کو لوٹا بیٹھتے ہیں ۔ہم کو حاصل ہونے والے وقت کے ساتھ ہم کتنے مخلص ہیں یہ طے کرتا ہے کہ ہم اپنے اندر کی صلاحیت اور قدرتی خوبی کو پہچان بھی سکے گے کہ نہیں۔ اگر ہم وقت جیسے قیمتی مال کی حفاظت نہیں کرتے تو ہم کبھی اپنی قدرتی خوبی کو حاصل نہیں کر سکتے۔ کیونکہ ہماری زندگی بنیادی ضروریات جیسے کہ گھر، کپڑا، دودھ، دال اور دیگر ضروریات کو روپے پیسے سے خرید سکتے ہیں لیکن جو صلاحیت خدا نے ہمارے ہی اندر رکھی

ہےاس تک پہنچنے کے لیےاوراسکوخود سےخریدنے کے لیے وقت جیسے مال کوخرچ کرنا پڑتا ہے۔جیسے پیسہ پیسہ کرکے کروڑ بن جاتا ہے ویسے ہی لمحے لمحے کی قدر کرکہ انسان مخلوق سے اشرف المخلوقات کہلانے کے قابل ہوجاتا ہے۔اس لیے وقت جیسے قیمتی اثاثے کواپنی کم عقلی کی بنا پر دوسرے کہ یا اپنے ہی ہاتھوں ضائع نہ ہونے دے۔بنا کسی نفع نقصان کی پرواہ کیے زندگی کی ایک سمت کا انتخاب کریں اور سر جھکا کر چلنا شروع کردیں۔ہوسکتا ہےآپ جب چلےتو آپ اکیلے ہومگر جب آپ اپنی سمت کوقیمتی شے وقت دے چکے ہوگےتوایک دن پورا معاشرہ آپ کے ساتھ چل رہا ہوگا۔کیونکہ جس میں اکیلے چلنے کا حوصلہ ہوتا ہےایک دن زمانہ اسکی پیروی کررہا ہوتا ہے۔

اصل نااہلی پرغورکریں

صرف وہ ہی کاہل وناکارہ نہیں جوکچھ نہیں کرتا بلکہ جوشخص ایسے کاموں میں اپنی زندگی صرف کررہا ہے جواسکی صلاحیتوں سے کم درجے کہ ہو اسکا شمار بھی نکموں اور کاہلوں میں ہوتا ہے(سقراط)ہماری ستانوے فی صد ڈگری یافتہ نوجوان نسل ایسے دیپارٹمنٹ میں کام کررہی ہوتی ہے جوانکی ڈگری سے مطابقت نہیں رکھتا ہوتا ہے اسکی وجہ متعلقہ ڈیپارٹمنٹ میں ملازمت کانہ ملنا بھی ہوسکتا ہے۔دوسری طرف زیادہ تر طالب علم ایسی ڈگری لے رہے ہوتے ہیں جوانکی صلاحیت سے بلکل مطابقت نہیں رکھتی ہوتی ہے ایسا اس وجہ سے ہوتا ہے کہ ہم لوگوں کی دیکھا دیکھی ڈگری کا انتخاب کرتے ہیں اور اس میں داخلہ لے لیتے ہیں اور اپنی صلاحیت کو دریافت کرنے کی کوشش بھی نہیں کرتے ہیں ۔اگر ہم کسی بھی کام کوکرنے سے پہلے اچھی طرح سوچ لے اپنے دماغ کوتھوڑی تکلیف دے لے اپنی ذات سےتھوڑی گفتگوکرلےتو شاید ہمکوزندگی کے کسی بھی موڑ پر پچھتانا نہ پڑے۔اس دنیا میں وہی لوگ کچھ الگ سوچ سکتے ہیں جواعلی دماغ ہوتے ہیں اورانکا غور غوض دقیق مسائل کےحل پر ہوتا ہے۔ہوسکتا ہےہم جس جگہ کام کررہے ہیں وہاں سے آپ پیسہ اچھا کمارہے ہومگر وہاں سے آپ کووہ مل رہا ہوگا جو آپ نے چاہا مگر جس صلاحیت کا استعمال کرکے آپ اپنا اچھا نتیجہ دینا چاہتے تھے وہ آپ نہیں دے سکےتو معذرت کے ساتھ آپ صرف نااہل لوگوں کی صفت میں ہی آئے گے کیونکہ اس دنیا میں دولت کا مفہوم ہرایک کے لیے الگ ہے لیکن اصل دولت وہی ہوتی جوآپ کو روحانی سکون دے سکے۔دنیا میں سکون ایک ہی صورت میں حاصل ہوسکتا ہے کہ جسکوآپ نے چاہا وہ آپکومیسر آجائے۔اس دنیا کا ہر انسان الگ ہے الگ صلاحیت اور خوبی رکھتا ہے ہرایک کواپنے الگ ہونے سے محبت ہوتی ہے مگر کیا وہ اپنے اس الگ پن سے خودکو یا دنیا کو کوئی فائدہ دےسکا یہ سوال بہت اہم ہے۔بہت سے ایسے لوگ ہوتے ہیں جن کواپنی اصل صلاحیت کا ایک وقت پرآکر پتہ چل بھی جاتا ہے مگر وہ اس جگہ سے اچھا پیسہ لے رہے ہوتے ہیں تو وہ کہتے ہیں کہ نہیں اگر میں نے یہ کام چھوڑا تو کہیں میں غریب نہ ہوجاؤ لہذا میرے لیے یہی کام ہی بہتر ہےاور میں اسی کام کوکروں گا چاہےاس کے لیے مجھے اپنے سکون کی قربانی ہی کیوں نہ دینی پڑےتو وہ اپنی اس نااہلی کے باعث خوف میں مبتلا ہوکر اپنی صلاحیتوں پر بھروسہ نہ کرتے ہوئے نہ صرف خودکواپنی اصل صلاحیت سے دور رکھتا ہے بلکہ اس انسان کو بھی جس کی صلاحیت کے مطابق کام کرنے کی جگہ وہ ہےجس پرآپ دولت کی وجہ سے قبضہ کیے بیٹھے ہیں۔صحیح جگہ پرصحیح لوگوں کوپہنچانا اور انکواپنی جبلت کےمطابق کام کرنے دینے میں مدد دینا بھی بہت بڑی خدمت خلق ہےجس کی طرف لوگوں کا رجحان بہت کم دکھائی دیتا

ہے۔

کامیابی آرزو سے نہیں ارادے سے ملتی ہے

جسم ایک باغ اور ارادہ باغبان ہوتا ہے۔ جیسے چاہو گے ویسے بن جاؤ گے (شیکسپیر)

باغ کی حیثیت زمین کے ٹکڑے کی سی ہوتی ہے وہ ایک شاندار باغ تب بنتا ہے جب مالی اس پر محنت کرتا ہے اس میں مختلف اقسام کے درخت، پودے اور پھول لگاتا ہے اور پھر بڑی نفاست کے ساتھ اس باغ کا خیال رکھتا ہے۔ ایک دن وہی باغ ایک باغبان کہلانے کے قابل بن جاتا ہے۔ ایسے ہی جب انسان اس دنیا پر آتا ہے تو وہ صرف کچھ اعضا کا مجموعہ ہوتا ہے جسکو ہم جسم کہتے ہیں۔ اس وقت اسکی حیثیت بھی باغ کی طرح ایک زمین کے ٹکڑے سی ہوتی ہے۔ جسکا مالی انسان کی اپنی ذات ہوتی ہے اور جب انسان اپنی مثبت سوچ، پختہ ارادے اور اخلاقی و دماغی عظمت کے پھول پودے لگاتا ہے تو اس انسان کی سیرت ایک خوبصورت باغبان بن جاتی ہے۔ یہ ارادہ ہی ہوتا ہے جو انسان کو پھولوں سے مہکتا باغ بنا سکتا ہے اور کانٹوں اور جھاڑیوں پر مشتمل زمین کا ٹکڑا بھی جسکو دیکھنا اور اس سے بات کرنا کوئی پسند نہ کرئے۔ ارادہ ایک ایسا نفسیاتی عمل ہے جو انسان کو اپنی سوچ کو عمل میں ڈھالنے کی تحریک دیتا ہے مطلب عمل کے ظہور پذیر ہونے کی اصل وجہ ارادہ ہے جس کو ہم عملی تحریک کا نام دیتے ہیں۔ آپ ایک ری سرچ کر کے دیکھ لے آپ کو لوگ آرزو کرتے زیادہ ملے گے لیکن ان میں اس کام یا آرزو کو پورا کرنے کا ارادہ دکھائی نہیں دے گا۔ ہمارے ہاں ارادے کی پختگی دو وجوہات کی بنا پر دکھائی نہیں دیتی۔ پہلی وجہ ایک طالب علم کو خود سے یہ پتہ ہی نہیں ہوتا کہ وہ کیا کرنا چاہتا ہے۔ وہ کس مضمون کو زیادہ پسند کرتا ہے کونسا مضمون اس کو نصاب کی کتاب سے ہٹ کر سوچنے پر مجبور کرتا ہے۔ کس مضمون کے سبق کو وہ گھر اور سکول کی دیواروں، پھنکوں، آوازوں، نبادات و جمادات، آسمان، زمین، پانی مٹی، انسانی وحیوانی اجسام اور بدلتے رویوں میں ڈھونڈھ کر یاد کرتا ہے کونسا موضوع اسکے اندر کیوں، کیا، کیسے کی کیفیت اور سوالات پیدا کرتا ہے۔ وہ یہ کبھی نہیں سوچتا شاید اسکی سوچ کو یہ سمت ہی نہیں دی جاتی اسکو یہی بتایا جاتا ہے کہ تم نے جو سیکھنا ہے اسکی حد کتاب میں دی گئی لائنز کی تعداد ہے اور اسکو سیکھنے کے لیے جو جگہ میسر ہے وہ کلاس روم ہی ہے۔ اسکو ہر مضمون پڑھایا جاتا ہے اور بتایا جاتا ہے کہ ان کو پڑھ کر نمبر لینا ضروری ہے مگر اسکا غور اس بات کی طرف بہت کم کروایا جاتا ہے کہ انہی مضامین میں سے ہی ایک شاید ایسا مضمون ہے جو تمہاری قدرتی صلاحیت سے ملتا ہے لہذا بچہ قدرتی صلاحیت سے انجان رہ کر کچھ بننے کی آرزو تو کرتا ہے مگر اپنے ارادے کو پختگی نہیں دے پاتا۔ دوسری طرف والدین بچے کی دلچسپی کا جائزہ لیے بنا ہی اسکی پیدائش پر ہی یہ طے کر لیتے ہیں کہ انکا بیٹا یا بیٹی کیا بنے گی ڈاکٹر، انجینئر یا وکیل ایسے ہی پیشے زیادہ تر والدین کا انتخاب ہوتے ہیں۔ اس وقت والدین یہ بھول جاتے ہیں کہ آرزو اس وقت تک بیکار ہوتی ہے جب تک اس کے مطابق ارادہ نہیں ہوتا۔ لہذا آرزو اگر والدین کرئے اور ارادہ بچے یعنی طالب علم کو کرنا ہو تو شاید یہ ممکن نہیں ہوتا۔ صلاحیت، آرزو اور ارادہ جب ایک ہی قلب سے نکلتے ہیں تو قوت ارادی کا سبب بن کر عمل میں ڈھلتے ہیں اور متعلقہ کامیابی حاصل ہوتی ہے۔ جب ہم زندگی میں کوئی بھی کام مکمل قوت ارادی کے ساتھ کرتے ہیں تو قوت ارادی میں اتنی طاقت ہوتی ہے کہ ہاتھوں کی لکیریں سیدھی ہو جاتی ہے

۔ضروری ہوتا ہے لڑائی لڑنا جیتنا نہیں۔ہم لڑائی اس لئے نہیں لڑتے کہ ہم لڑ نہیں سکتے ہم اس لیے نہیں لڑتے کہ ہمکو ہار سے ڈر لگتا ہے

(جاری)

باب نمبر۴